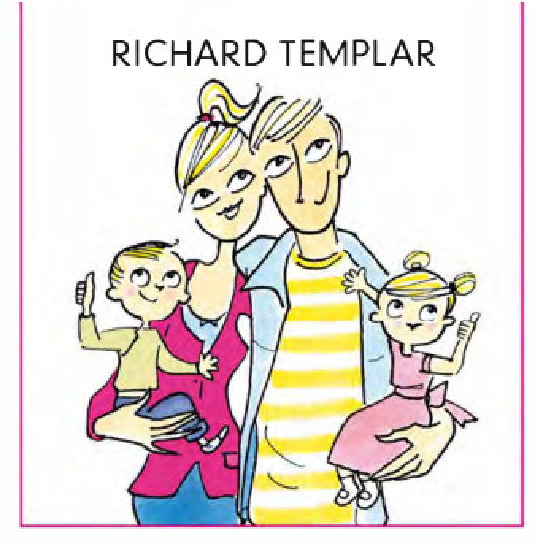
RICHARD TEMPLAR



LES 100 LOIS POUR ÊTRE DES PARENTS PARFAITS (OU PRESQUE !)

TOUT CE QU'IL FAUT SAVOIR POUR QUE VOS ENFANTS DEVIENNENT DES ADULTES ÉPANOUIS



DU MÊME AUTEUR, AUX ÉDITIONS LEDUC.S

Les 100 Lois pour une vie heureuse, 2009.

Retrouvez nos prochaines parutions, les ouvrages du catalogue et les événements à ne pas rater. Votre avis nous intéresse : dialoguez avec nos auteurs et nos éditeurs. Tout cela et plus encore sur Internet à :

http://blog.editionsleduc.com

Maquette : Manipages

Traduit de l'anglais par Marc Rozenbaum

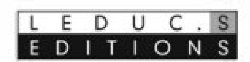
Titre de l'édition originale : *The Rules of Parenting*

33, rue Linné
75005 Paris – France
E-mail : info@editionsleduc.com
ISBN : 978-2-84899-352-2

RICHARD TEMPLAR

LES 100 LOIS POUR ÊTRE DES PARENTS PARFAITS

(OU PRESQUE !)



Ce livre est dédié à Miyamoto Musashi, qui m'a enseigné la stratégie de la simplicité, et à Jamie Greenwood, qui m'a appris l'économie de mouvement. Je leur en suis à tous deux profondément reconnaissant.

Ni crainte

Ni surprise

Ni hésitation

Ni doute

Sommaire

Introduction

Être parent est une chose à laquelle rien ne saurait vous préparer. C'est un test d'endurance, une épreuve pour les nerfs, un révélateur des émotions… et parfois même un danger pour la santé! Au début, vous vous demandez comment vous y prendre pour changer une couche, mais très vite vous comprenez que des défis bien plus grands vous attendent. Et juste au moment où vous pensez avoir compris comment gérer la situation, vos enfants atteignent un âge où tout fonctionne autrement. Après les couches et la poussette, c'est l'école, puis le collège et le lycée, les petits copains ou les petites copines, et bientôt les leçons de conduite… Cela ne s'arrête jamais. Heureusement, être parent est aussi extrêmement gratifiant: c'est beaucoup de joie, d'affection et de complicité. C'est même, au bout du compte, de la reconnaissance, du moins pour les plus chanceux d'entre nous. Il y a aussi, naturellement, le plaisir de les voir grandir et devenir des personnes dont vous pourrez être fier.

Tout au long de cette aventure, vous êtes sûr de vivre de nombreux moments de frustration, de colère, de confusion et de remise en question, à mesure que vous chercherez quoi dire ou comment agir pour que votre enfant devienne un adulte épanoui. C'est bien de cela qu'il s'agit dans ce livre.

Le chemin sur lequel vous êtes maintenant engagé est déjà bien balisé. Des millions de gens ont été parents avant vous et, à force de tâtonnements et d'erreurs, certains d'entre eux ont fini par tirer de cette expérience quelques tuyaux qui pourraient bien, aujourd'hui, vous être utiles. Pour ma part, je suis passé par ce cycle à deux reprises. En près de trente ans, j'ai fondé successivement deux familles. J'ai donc eu la possibilité de commettre plusieurs fois les erreurs les plus

classiques, mais aussi, grâce à mes amis et aux amis de mes enfants, j'ai eu la possibilité de voir vivre d'autres familles et d'observer la façon dont d'autres parents se comportaient. C'est une étude fascinante et qui n'est jamais terminée.

Certains parents semblent savoir d'instinct comment faire face à chaque situation. D'autres tâtonnent davantage mais se montrent très brillants dans certains domaines. Si vous observez suffisamment les faits et gestes des autres parents, comme je l'ai fait, vous commencerez à apercevoir des schémas, des techniques et des règles de conduite qui vous permettront d'élever au mieux votre enfant. Vous pourrez les reprendre et les adapter à la personnalité qui est la sienne. C'est à partir de toutes ces attitudes et de toutes ces règles que j'ai peaufiné le contenu de ce livre, afin qu'il vous serve de guide dans les moments les plus ardus et qu'il vous aide à donner à votre enfant l'éducation la plus valorisante et à cultiver avec lui, tout au long de votre existence, la meilleure relation possible.

Les 100 Lois pour être des parents parfaits (ou presque !) ne se veulent pas une révélation : elles sont plutôt un aide-mémoire. Un certain nombre de ces Lois vont de soi, mais on a vite fait de les perdre de vue quand on a affaire à un enfant de deux ans en pleine crise ou à un adolescent qui croit que le monde entier et tout ce qui en fait partie n'existent que pour lui. Par conséquent, il ne sera jamais inutile de vous rappeler même les règles qui peuvent sembler être les plus évidentes. Élever un enfant est un travail qu'il importe d'effectuer correctement.

Cent Lois, cela peut paraître beaucoup au premier abord, mais dix-huit ans, pour un travail, c'est une période plutôt longue. Si vous avez plus d'un enfant, c'est même plus que dix-huit ans*. Songez qu'il y aura le sevrage, les couches, le moment où l'enfant commence à marcher et à toucher à tout ce qui est à sa portée, son apprentissage du langage, de la lecture, de l'écriture et de l'arithmétique, l'école, les copains, la sexualité, la drogue et le rock'n'roll. Cent Lois, en fin de compte, c'est bien loin d'être excessif !

* Sauf si ce sont des jumeaux, je sais, merci…

Dire qui est un bon parent et qui ne l'est pas est un jeu d'enfant. Il suffit, justement, d'observer l'enfant. Un enfant peut traverser une période difficile pour toutes sortes de raisons, sans que les parents ne soient en cause la plupart du temps, mais je me suis rendu compte qu'on pouvait apprécier la qualité de l'éducation qu'un enfant a reçue lorsqu'il quitte le domicile de ses parents. Pour moi, quand les enfants savent être autonomes, profiter de la vie et rendre heureux ceux qui les entourent, se montrer aimables et attentionnés et, en même temps, prêts à se battre pour ce en quoi ils croient, alors on peut dire que leurs parents ont été à la hauteur. Avec le temps, j'ai pu voir quel type d'éducation parentale permet d'obtenir de vrais adultes au bout de dix-huit ans.

Quand on songe à l'immense responsabilité qui est celle des parents, il y a de quoi se décourager. Tout ce que vous pourrez faire et dire tout au long de ce processus aura une influence considérable sur l'équilibre psychique de votre enfant. Heureusement, en y réfléchissant dès à présent – ce que vous ne manquerez pas de faire si vous lisez ce livre –, vous commencerez à corriger un certain nombre de vos petits travers et de vos mauvaises habitudes et à en prendre de meilleures – qui seront plus profitables, aussi bien à votre progéniture qu'à vous-même.

Vous avez d'autres raisons encore d'espérer. L'éducation des enfants comporte de nombreuses possibilités de se tromper, mais d'aussi nombreuses possibilités de bien faire. Dans ce livre, vous trouverez des Lois à suivre, que vous pourrez adapter en fonction de vos enfants et de vous-même. Il ne s'agit pas d'une liste d'instructions à appliquer à la lettre pour que votre enfant réussisse sa vie. J'ai vu des parents qui trouvaient toutes sortes de manières originales, créatives et probantes d'interpréter ces Lois. J'ai connu, par exemple, des parents qui assuraient eux-mêmes avec succès l'éducation scolaire de leurs enfants, d'excellents parents qui mettaient leurs enfants dans des écoles privées et d'autres qui, avec autant de succès, comptaient sur l'école publique. Si vous adoptez l'attitude qui convient, le reste suivra.

Il est impossible de respecter ces cent Lois chaque jour pendant dix-huit ans, je le sais pertinemment. Cependant, je sais aussi que les meilleurs parents que j'ai observés se sont tous fourvoyés à un moment

ou à un autre : pas trop souvent, ni de façon trop grave, mais ils ont toujours eu conscience du moment où ils s'étaient égarés. Voilà ce qui semble être le plus important : prendre la mesure des incidents et des lacunes, et tâcher de mieux s'en souvenir la fois suivante. On ne saurait exiger davantage.

Je peux ajouter – et cela vous rassurera sans doute – qu'il ne sera jamais question, dans les Lois qui suivent, de brosser consciencieusement les cheveux de votre enfant ni de veiller à ce qu'il ait toujours des chaussettes bien propres. Je suis persuadé que tout cela est souhaitable, mais j'ai vu aussi des parents élever de façon remarquable des enfants jamais bien coiffés et sans chaussettes !

Ces Lois concernent les choses les plus importantes, celles qui ont trait non pas aux chaussettes mais au comportement de votre enfant, aux valeurs que vous lui inculquerez et à l'image qu'il aura de lui-même. Ce sont des Lois qui vous permettront d'être heureux avec vos enfants, qui permettront à vos enfants d'être heureux avec vous, et qui vous permettront, à vous et à vos enfants, d'aimer la vie et de traiter autrui avec respect. Ce sont des principes généraux qui s'appliquent aussi bien aux familles nucléaires traditionnelles qu'aux formes plus modernes que sont les familles monoparentales et les familles recomposées.

Je ne prétends pas qu'il existe exactement cent Lois à observer, ni plus ni moins : loin de là. Il s'agit des règles qui m'ont paru les plus importantes, en fonction de ma propre expérience, mais je serai toujours intéressé par les impressions et les idées de mes lecteurs et je ne demande pas mieux que d'ajouter à ma liste de nouvelles Lois, si vous en avez à me proposer. N'hésitez pas à m'écrire (en anglais) à l'adresse électronique : *Richard.Templar@RichardTemplar.co.uk*

Richard Templar

Les Lois pour rester sain d'esprit

Ce livre est divisé en dix parties. Je commence par dix Lois pour rester sain d'esprit car, faute de le rester, vous n'auriez que faire des quatre-vingt-dix autres Lois.

Si vous êtes parent depuis peu, ou si vous êtes sur le point de le devenir pour la première fois, je ne veux pas vous alarmer en vous donnant l'impression que votre principale tâche de parent, durant les dix-huit prochaines années, consistera à essayer de ne pas sombrer dans la folie. Ce n'est pas cela du tout. Il y aura simplement, de temps à autre, des moments où vous devrez être vigilant : des moments qui seront des épreuves même pour les parents les plus avertis. Croyez-moi, nous passons tous par là.

L'idée est que vous vivrez bien plus heureux si vous gardez les pieds sur terre. C'est important pour vous mais aussi pour vous enfants, qui auront besoin d'avoir des parents sains d'esprit. Voici donc quelques Lois qui vous aideront, dans les moments où vous ne saurez plus où donner de la tête, à la garder froide.

Loi n° 1

Détendez-vous

Quels sont donc les meilleurs parents que vous connaissiez ? Ceux qui semblent savoir d'instinct ce qui rendra leurs enfants heureux et épanouis ? Ne vous êtes-vous jamais demandé quel était leur secret ? Songez maintenant à ceux qui, selon vous, ne sont pas à la hauteur : qu'est-ce qui ne va pas chez eux ?

Les bons parents que je connais ont tous un point commun : ils ne sont pas anxieux. À l'inverse, les autres trouvent toujours une raison d'être crispés. Ils ne se préoccupent pas nécessairement d'être de bons parents (peut-être devraient-ils s'en préoccuper), mais ils ont, dans un domaine ou un autre, une obsession ou un complexe qui les empêche d'être de bons parents.

Je connais des parents qui sont maladivement soigneux. Si leurs enfants n'ôtent pas leurs chaussures avant d'entrer – même si elles sont propres – c'est comme si le monde s'écroulait. Ils ne supportent pas que leurs enfants causent le moindre désordre (même si c'est pour tout ranger ensuite). Ils ne laissent jamais leurs enfants s'amuser tranquillement, de peur qu'ils salissent leurs vêtements ou qu'ils renversent quelque chose sur la table.

J'ai un autre ami dont l'esprit de compétition est tel qu'il place la barre très haut pour ses enfants : il faut qu'ils gagnent à tous les jeux auxquels ils participent. J'ai aussi une amie qui se met dans tous ses états dès que son enfant s'égratigne les genoux. Je suis sûr que cela vous fait penser à un certain nombre d'exemples similaires parmi vos connaissances.

Au contraire, les parents vraiment admirables que je connais trouvent normal que leurs enfants soient bruyants, désordonnés, agités, râleurs ou couverts de boue. Ils savent prendre tout cela avec sérénité. Ils savent qu'il y a un temps pour tout et qu'ils ont dix-huit ans pour faire de ces petites créatures des adultes respectables. Ils savent qu'il n'y a aucune urgence à obtenir des enfants qu'ils se conduisent comme des adultes : des adultes, ils auront bien le temps de le devenir et de le rester.

En confidence, cette Loi devient plus facile avec le temps, même si certains ne parviennent jamais à bien l'observer. Il est bien plus difficile de rester serein avec son premier bébé qu'avec le dernier des adolescents à quitter la maison. Avec un bébé, il suffit de se préoccuper de l'essentiel : qu'il soit en bonne santé, qu'il n'ait pas trop faim et qu'il soit suffisamment à l'aise dans son environnement. Peu importe que son vêtement n'ait pas été boutonné correctement, que vous n'ayez pas le temps de lui donner un bain aujourd'hui ou que vous ayez oublié, en partant en week-end, d'emporter un lit ou une nacelle… Ce n'est jamais bien grave.

Le mieux est encore que vous puissiez, à la fin de la journée, vous détendre avec votre conjoint en sirotant un verre de cognac ou de gin-tonic* et vous dire : « Bon, s'ils sont toujours en vie, c'est qu'il y a au moins quelque chose que nous avons réussi. »

> De vraiment bons parents, ce sont des parents qui trouvent normal que leurs enfants soient bruyants, désordonnés, agités, râleurs ou couverts de boue.

* Non, je n'incite pas les parents à consommer de l'alcool. L'important est de se détendre !

Loi n° 2

Personne n'est parfait

Vous êtes-vous jamais demandé ce que cela ferait d'avoir des parents parfaits ? Imaginez que vos propres parents aient été parfaits (je parie qu'ils ne l'ont pas été*). Supposons qu'ils aient *toujours* eu raison. Est-ce que votre enfance et votre adolescence auraient été amusantes ? Sans doute pas.

Un enfant a besoin d'obstacles. Il a besoin d'être contrarié et d'avoir quelqu'un à critiquer, et ce ne peut être que vous, je le crains. Alors, autant que votre enfant ait au moins une raison de vous critiquer.

Bien entendu, il ne s'agit pas d'être cruel ou tyrannique. Il s'agit de rester dans les limites du raisonnable. Vous n'êtes pas surhumain, il est normal que vous ayez vos faiblesses. Peut-être êtes-vous un peu prompt à vous emporter ? Peut-être avez-vous tendance à soumettre vos enfants à une pression un peu excessive ? Ne seriez-vous pas un maniaque du rangement et de l'ordre ? Mais finalement, pourquoi se soucier de choisir un défaut ? Soyez vous-même, avec vos propres imperfections. Cela ne vous demandera pas d'effort particulier.

Il ne s'agit pas pour autant de renoncer à tout effort pour devenir de meilleurs parents. Sans compter toutes les autres conséquences, ce livre serait inutile. Simplement, ne vous faites pas trop de souci quand vous ne parvenez pas à respecter tout à fait les règles que vous vous êtes

* Non, je n'insulte pas votre mère. Je mets simplement les choses au clair.

vous-même fixées. Comment vos enfants pourraient-ils suivre votre exemple si vous étiez infaillible ? Je ne pourrais même pas imaginer avoir de tels parents, et vos enfants non plus, je pense.

Tôt ou tard, vos enfants trouveront des reproches à vous faire, parce que les choses sont ainsi faites. Si vous étiez parfait, ils auraient de bonnes raisons de vous le reprocher. Vous ne pouvez pas gagner. Vous pouvez seulement espérer que, au bout du compte, surtout s'ils deviennent eux-mêmes parents, vos enfants se rendront compte qu'ils doivent vous être reconnaissants de ne pas avoir été parfait.

Tôt ou tard, vos enfants trouveront des reproches à vous faire, parce que les choses sont ainsi faites.

Loi n° 3

Sachez dans quoi vous êtes bon

Quand mes enfants de mon premier mariage étaient petits, j'étais toujours jaloux des autres pères qui passaient des heures à jouer au football avec leurs enfants. Je me sentais un peu coupable de ne pas pouvoir m'y consacrer plus d'une demi-heure.

J'avais aussi un ami qui avait construit pour ses gamins une superbe cabane dans un arbre de son jardin (« Papa, pourquoi on ne peut pas avoir une cabane dans un arbre comme eux ? »). Sa femme avait un don pour organiser des parties de chasse au trésor très amusantes, parsemées d'obstacles et d'énigmes subtiles. Il y avait aussi cette mère qui emmenait chaque semaine sa fille au même cours de danse que la mienne, mais qui semblait vraiment y prendre du plaisir… je pourrais citer d'autres exemples encore.

J'étais obnubilé par tout ce que ces parents se montraient capables de réaliser et dont je me sentais pour ma part incapable. En réalité, de mon côté, j'en faisais tout autant dans d'autres domaines : des choses qui me semblaient évidentes mais qui n'étaient pourtant pas moins admirables.

Ainsi, par exemple, j'adorais lire des histoires aux enfants. Étant assez extraverti (à la limite de l'exhibitionnisme), je passais des heures entières à lire à mes enfants de longues histoires, en donnant une voix différente à chaque personnage et sans oublier tous les bruitages et effets sonores, chuchotements, etc. Cela me semblait tellement naturel qu'il m'a fallu

des années pour me rendre compte que c'était tout aussi admirable que construire une cabane dans un arbre ou faire du football.

Les rares fois où il m'est arrivé de jouer au football avec mes enfants, il était évident que je le faisais parce que je m'y sentais obligé. Ce n'était pas une mauvaise raison, mais je ne serai jamais comme mon ami qui rayonnait d'enthousiasme, un enthousiasme qu'il savait d'ailleurs communiquer à ses enfants. Encore une fois, cet ami n'est sans doute pas capable de lire une histoire à haute voix comme je sais le faire. Peut-être n'est-il pas non plus capable de préparer même de simples spaghettis à la bolognaise.

Toujours est-il que les bons parents savent dans quels domaines ils peuvent être brillants. Il ne s'agit pas de renoncer à tout le reste, mais de savoir valoriser ses atouts. Chez nous, par exemple, le football n'est pas notre fort mais nous lisons davantage d'histoires à nos enfants. Nous leur préparons de bons petits plats. Nous nous montrons d'une grande patience lorsqu'il s'agit de les encourager à travailler leur piano. Nous leur apprenons à réparer les voitures. Nous partageons leur enthousiasme pour *La Guerre des étoiles*, pour les motos ou pour *Mon Petit Poney* (oui, je sais que ce dernier exemple vous demandera beaucoup d'efforts).

Il est important pour vous de savoir dans quels domaines vous êtes bon et d'avoir confiance dans vos propres points forts. Ainsi, vous cesserez de ne pas vous sentir à la hauteur devant les exploits des autres parents. Chaque fois que vous éprouverez le moindre sentiment d'envie ou de frustration, marquez une pause et pensez à vos propres talents.

Il ne s'agit pas de renoncer à tout le reste,
mais de savoir valoriser ses atouts.

Loi n° 4

Pratiquement n'importe quelle règle peut être enfreinte de temps à autre

Nous le savons tous, il est des règles, des principes et des procédures que tout parent se doit de respecter : ne pas nourrir ses enfants n'importe comment, ne pas les laisser veiller trop tard, ne pas les laisser collés à la télévision, leur interdire les gros mots jusqu'à un certain âge (si quelque chose vous dérange dans ce qui précède, commencez par lire la Loi n° 76).

Ce que savent aussi les bons parents, c'est que très rares sont les règles que l'on ne peut enfreindre sans une bonne raison. Bien sûr, vous êtes censé leur préparer des repas sains et équilibrés, avec cinq fruits et légumes par jour, mais si vous rentrez épuisé après une longue journée de travail, vous pouvez bien, pour une fois, sortir du congélateur des carrés de poisson pané.

L'essentiel est de savoir quel est le pire qui puisse arriver lorsque vous ne respectez pas une certaine règle. Voyager en voiture sans attacher sa ceinture de sécurité n'est certainement pas acceptable, mais renoncer à donner à son enfant le bain du soir parce qu'on est trop épuisé, franchement, qu'est-ce que cela peut avoir comme conséquences ?

N'oubliez pas que cette section traite des Lois pour rester sain d'esprit. Le sens de la présente Loi, c'est qu'il est plus important pour vos enfants d'avoir des parents calmes et sains d'esprit que de ne jamais manger

des carrés de poisson pané surgelé. Certains parents se compliquent trop l'existence en croyant devoir respecter toutes les règles à tout moment. C'est de l'autoflagellation pour des broutilles.

Un jour, nous avions emmené deux de nos enfants en balade pour la journée. Il y avait d'abord un voyage en train à vapeur. Le plus jeune n'était âgé que de quelques semaines, l'autre avait deux ans. Ce n'est qu'en sortant de la voiture, devant la gare, que nous nous étions rendu compte que notre enfant de deux ans n'avait rien aux pieds. Par la suite, naturellement, nous avons adopté une règle non écrite selon laquelle on n'emmène pas un petit enfant faire un voyage dans un train à vapeur sans chaussures. Sur le moment, nous avions deux possibilités : renoncer à la balade en train, ou faire la balade avec un enfant pieds nus. Notre bambin, évidemment, a choisi la deuxième option.

Nous avions alors à nouveau deux possibilités : nous morfondre de ne pas avoir pensé aux chaussures, c'est-à-dire nous gâcher la journée à tous les trois pour une chose à laquelle nous ne pouvions plus rien changer, ou bien nous laisser aller au fil de l'eau. Vous l'avez compris, le bon choix était le second : en prendre son parti, se détendre et ne plus y penser. Dans ce genre de situation, il est nécessaire de transgresser la loi (bien sûr, ce ne serait pas une raison pour enfreindre aussi la règle du bain du soir).

La morale de cette histoire est que si l'on s'acharne à respecter toutes les règles en permanence, on va se rendre malade.

> Le bon choix est d'en prendre son parti,
> de se détendre et de ne plus y penser.

Loi n° 5

N'essayez pas de contrôler leur vie

Que voudriez-vous que soit votre enfant quand il sera grand ? Médecin ? Footballeur ? Danseuse ? Chercheur? Violoniste concertiste ? Acteur ? Quand un enfant est jeune, on peut difficilement être sûr de ce dont il sera capable. Par conséquent, peut-être devriez-vous ménager toutes les possibilités en veillant à ce que votre enfant ait une solide formation dans tous les domaines qui semblent susciter de l'intérêt chez lui. Ainsi, plus tard, il ne pourra pas vous rendre responsable de son échec en affirmant que vous ne l'avez pas laissé commencer suffisamment tôt.

Bien sûr, son emploi du temps risque d'être bien chargé. Football le lundi, théâtre le mardi, clarinette le mercredi, sans oublier la piscine; danse le jeudi, gymnastique le vendredi, et équitation le week-end. Tout cela pour un seul enfant. Si vous en avez deux ou trois, vous allez vous amuser.

Pas si vite ! Nous oublions quelque chose. À quel moment votre enfant va-t-il jouer tranquillement dans le jardin ? Quand va-t-il apprendre à se trouver lui-même une distraction ? Dans son emploi du temps hebdomadaire, quand pourra-t-il lire une bande dessinée, ou même flâner en contemplant distraitement les nuages ? Tout cela fait aussi partie de l'apprentissage de la vie.

La vie d'un certain nombre d'enfants autour de nous n'est qu'une longue succession de cours, de travaux pratiques et autres activités hebdomadaires. Avez-vous vu ce qui arrive quand ils se retrouvent

livrés à eux-mêmes pendant quelques jours? Vous les emmenez en vacances dans quelque endroit magnifique – campagne, montagne ou bord de mer – et ils sont incapables d'y trouver matière à occuper leurs journées: c'est une chose qu'ils n'ont jamais apprise. Pour eux, devenir adultes sera difficile. Ils ne savent même pas se détendre, car personne ne leur a appris à le faire.

Il ne s'agit pas pour autant de priver vos enfants d'activités extrascolaires. Ce serait stupide. Ce que je vous suggère, c'est de limiter cela à deux activités par semaine, par exemple, et en laissant votre enfant choisir lesquelles. Ne pas lui faire faire du violon uniquement parce que vous en aviez fait quand vous étiez enfant et parce que vous aviez aimé cela; ni parce que vous avez toujours regretté de ne pas en avoir fait. Si votre enfant veut démarrer une autre activité, il faudra qu'il renonce à une de ses activités actuelles (et votre fille peut très bien arrêter la danse si elle ne s'y plaît pas, même si son professeur dit qu'elle a du talent).

La Loi n° 1 et les parents détendus, vous n'avez pas oublié? Parmi les meilleurs parents de votre entourage, combien envoient leurs enfants chaque semaine, si ce n'est chaque jour, à des cours de ceci ou de cela? Aucun. Leurs enfants pratiquent une ou deux activités qui les intéressent vraiment et, le reste du temps, ils jouent à des jeux de société, se salissent dans le jardin, y chassent les insectes, se fabriquent des jouets à partir de paquets de céréales vides, font défiler leurs petits dinosaures en plastique, lisent des livres d'enfants un peu bébêtes, font tout ce que font habituellement les enfants. C'est bon pour eux, et pendant ce temps, ils ne sont pas dans vos jambes.

Votre fille peut très bien arrêter la danse si elle ne s'y plaît pas, même si son professeur dit qu'elle a du talent.

Loi n° 6

Vous n'êtes pas obligé de suivre tous les conseils que l'on vous donne (pas même celui-ci)

Que vous a dit votre mère ? Que le bébé ne doit pas téter plus de dix minutes sans faire son rot. Aux dires de votre belle-mère, mieux vaut lui faire porter des vêtements qui ne recouvrent pas la tête. Et, bien sûr, votre meilleure amie vous a mis en garde contre les couffins. Quant à votre belle-sœur, elle vous conseille de ne pas laisser le bébé dans son lit pendant la journée… Au secours !

Et ce n'est que le début. Le nombre de conseils que l'on peut recevoir quand on a un bébé est impressionnant. Dix-huit ans plus tard, ce n'est pas encore fini : « Tu ne vas pas le mettre à l'université, quand même ! Il perdrait son temps. Dis-lui de se chercher plutôt un travail » ou bien « Maintenant qu'il a dix-huit ans, il faut qu'il quitte la maison de ses parents, sinon il y sera encore à trente ans », ou encore « Ne lui achète pas une voiture. Apprends-lui plutôt à mettre de l'argent de côté et à ne s'offrir que ce dont il a les moyens. C'est ce que nous avons fait avec les nôtres ».

La seule personne que vous devez absolument écouter, c'est vous-même, et éventuellement votre conjoint qui a son mot à dire. Autrement, vous risquez de devenir fou. Or, vous devez rester sain d'esprit, ne l'oubliez pas.

Je ne dis pas que vous ne devez pas écouter ce que l'on vous dit. Vous pouvez même profiter d'un ou deux conseils, mais même lorsque les conseilleurs ont raison, vous n'êtes pas obligé pour autant de faire ce qu'ils vous disent. Ce n'est pas parce qu'une méthode, un truc, un accessoire, un système ou une technique quelconque vaut pour quelqu'un d'autre que cela vaudra pour vous également. Il y a même peu de chances pour que ce soit le cas, sachant que tous les enfants sont différents et que tous les parents sont différents.

Un jour, ma voisine m'a demandé mon avis sur la façon dont elle devait nourrir et changer son bébé. Je n'étais pas la bonne personne pour la conseiller, d'autant qu'elle et moi étions comme le jour et la nuit. Elle était très ordonnée, méticuleuse et organisée, et il lui importait que tout soit fait dans les règles de l'art. Moi, au contraire, je suis d'un naturel bien plus décontracté. Mes enfants peuvent dormir quand ils sont fatigués et manger quand ils ont faim, cela ne me dérange pas du tout.

Les bons parents savent refuser de suivre les conseils qui ne leur correspondent pas. Prêtez l'oreille, mais sachez filtrer les conseils. Si un conseil ne vous semble pas judicieux, il ne l'est probablement pas. Contentez-vous de sourire poliment et de répondre : « Merci, j'y penserai. »

> Ce n'est pas parce qu'une méthode particulière vaut pour quelqu'un d'autre qu'elle vaudra pour vous également.

Loi n° 7

Il est normal d'en avoir assez

Parlons un peu des tabous. Ce n'est pas à la mort que je pense, ni à la drogue, mais à un tabou bien plus grand encore: l'idée que, parfois, vous aimeriez être débarrassé de vos enfants.

Il n'est bien sûr pas pensable d'admettre que vos petits chéris puissent être importuns. Cela peut donner matière à rire, mais il est parfois difficile de reconnaître ouvertement qu'il est des moments où vous aimeriez tout simplement en être débarrassé. Comment le pourriez-vous, alors que c'est votre rôle de les aimer? Et si vous les aimez, il s'ensuit que vous aimez tout ce qui les concerne. Vous êtes censé sourire avec indulgence lorsque vous êtes obligé de leur lire toujours la même histoire ennuyeuse, chaque soir pendant trois mois d'affilée, les contempler avec amour quand ils poussent des hurlements tout en courant autour de vous, rire avec eux quand ils répètent pour la vingt-cinquième fois la même plaisanterie pas drôle du tout.

Curieusement, il est considéré comme admis d'être irrité par les enfants des autres (sans que l'on ait pour autant la possibilité de le dire). Nous savons tous que les enfants nous tapent parfois sur les nerfs. Vos propres enfants peuvent donc, de temps à autre, vous rendre fou. Ce n'est pas un problème.

Les enfants sont même très forts à ce jeu-là. Ils commencent à s'y entraîner pratiquement dès la naissance. Leurs pleurs et leurs cris leur servent à vous tarabuster jusqu'à ce que vous réagissiez. Et Dieu sait si

c'est efficace. Vous taper sur les nerfs devient pour eux une habitude. Parfois, ce n'est même pas leur faute ; et cependant, au bout de trois nuits blanches à cause d'une poussée des dents, il devient difficile d'être compréhensif. Vous savez que vous devriez l'être, mais vous n'avez en réalité qu'une envie : que votre enfant se taise et qu'il vous laisse enfin dormir. Une dent qui sort, ce n'est tout de même pas grand-chose, n'est-ce pas ?

Eh bien, laissez-moi vous dire que tous les parents passent par là. Vous traverserez des phases pendant lesquelles vous éprouverez ce sentiment une à deux fois par semaine, et d'autres pendant lesquelles vous l'éprouverez cinquante fois par jour. Acceptez cela, tout simplement, comme quelque chose de naturel. Des parents qui ne le reconnaîtraient pas seraient des menteurs. On ne peut pas empêcher son enfant de se comporter ainsi, même si l'on n'est pas non plus obligé de tout supporter.

L'important est de ne pas oublier que c'est à double tranchant. Si vos enfants vous énervent, il y a de fortes chances pour que vous les énerviez au moins autant. Vous êtes quittes.

> Il est considéré comme admis d'être irrité par les enfants des autres, mais nous savons tous que nos enfants nous tapent parfois sur les nerfs.

Loi n° 8

Vous avez le droit de disparaître un moment

Selon la Loi n° 7, vos enfants ont le droit de vous rendre fou. Il s'ensuit que vous avez nécessairement le droit de faire quelque chose pour résoudre ce problème. Pour ma part, je suis partisan d'aller se cacher. Plus sérieusement, il m'est déjà arrivé de me dissimuler dans le placard le plus proche et de retenir mon souffle jusqu'à ce que mes enfants aient quitté la pièce.

Vous connaissez cette situation. Vos enfants se disputent, et voilà que chacun veut se plaindre à vous, vous raconter sa propre version des faits et obtenir votre arbitrage. Ils partent à votre recherche, or vous seriez bien incapable de savoir lequel a commencé, lequel est responsable. Que devez-vous faire ? Pour moi, la réponse est évidente : vous devez vous cacher. J'ajoute que, ne vous trouvant pas, ils finiront presque toujours par régler le problème eux-mêmes.

Quand un enfant s'est mal conduit, une pratique courante consiste à le mettre « en prison » jusqu'à ce qu'il se soit calmé : on l'envoie dans sa chambre ou dans un coin. C'est parfois très efficace, mais pourquoi réserver ce genre de jeu aux enfants ? Vous aussi, vous avez le droit de jouer. Quand vous avez besoin de décompresser, accordez-vous une pause, échappez à vos enfants pendant un moment – en vous cachant, par exemple.

J'ai une amie qui me racontait – il y a des années, peu de temps avant la naissance de mon premier enfant – que s'occuper de son bébé

l'épuisait et la démoralisait parfois au point d'avoir envie de frapper. Une telle perspective m'avait semblé très inquiétante. Je lui avais alors demandé comment elle réglait ce problème. Pour elle, la seule solution consistait à poser le bébé au milieu de la pièce, où il ne risquait pas de se blesser, et de s'éloigner suffisamment pour ne plus l'entendre hurler, le temps de retrouver son calme.

Pourquoi une solution nous semble-t-elle généralement impossible, même quand nous sommes au bord de la crise de nerfs ? Nous avons l'impression que ce ne serait pas digne d'un père ou d'une mère, alors qu'il s'agit de choisir la solution la plus logique qui soit. Un bon parent sait qu'il est humain d'avoir parfois besoin de fuir et de se cacher. C'est ce qui nous permet d'être ensuite de bien meilleurs parents, une fois que nous nous sommes ainsi ressourcés.

> Il m'est déjà arrivé de me dissimuler dans le placard le plus proche et de retenir mon souffle jusqu'à ce que mes enfants aient quitté la pièce.

Loi n° 9

Les parents sont aussi des gens comme les autres

Quand, pour la dernière fois, vous êtes-vous autorisé un restaurant sans les enfants ? Quand avez-vous passé une soirée entre amis sans parler des enfants une seule fois ? Quand vous est-il arrivé, pour la dernière fois, de bricoler une machine ou de jardiner tranquillement ?

Si vous n'y prenez garde, votre rôle de parent risque d'envahir tout votre temps. Or, un bon parent doit savoir « débrancher » de temps à autre. Bien sûr, il ne s'agit pas de « débrancher » complètement, il s'agit plutôt de rester en mode « veille », mais c'est suffisant pour bien profiter de la vie.

Cette Loi est importante, car lorsque vos enfants représentent toute votre vie, ils sont soumis à une forte pression. Ils perçoivent l'enjeu qu'ils représentent pour vous, et c'est là une responsabilité bien lourde à faire peser sur les épaules d'un enfant.

Cette Loi est bien plus difficile à respecter dans les premiers temps – faisons abstraction des trois premiers mois – mais il importe d'y parvenir le plus tôt possible. Il est important pour vos enfants que vous ayez une vie en dehors d'eux, faute de quoi il leur sera extrêmement difficile de gérer leur propre existence quand ils grandiront. De toute façon, si vous vous isolez du reste du monde pour vous consacrer corps et âme à vos bambins, vous vous apercevrez dans quelques années que vous n'avez plus d'amis. Que ferez-vous ?

Avec le temps, j'ai remarqué que les parents que j'admirais le plus étaient toujours ceux qui conservaient des centres d'intérêt sans rapport avec leur statut de parent. C'est bien ce qui leur évite de perdre la tête : qu'il s'agisse d'un job passionnant, de vacances sans les enfants une fois par an, d'activités nautiques le samedi ou d'un tennis dont ils ne manqueraient une des séances hebdomadaires à aucun prix.

Je sais bien que c'est difficile, et que vous manquez certainement de temps. Bien sûr, vous irez moins souvent en boîte et vous fumerez moins de joints* qu'avant. Il faut cependant que vous conserviez au moins une partie des activités que vous aimez le plus. Autrement, le jour où vos enfants n'habiteront plus avec vous, vous ne saurez plus quoi faire de votre temps.

> Les parents que j'admire le plus sont toujours ceux qui conservent des centres d'intérêt sans rapport avec leur statut de parent.

* Je plaisante.

Loi n° 10

Votre relation amoureuse est tout aussi importante

Cette Loi est assez évidente, mais le plus difficile est de s'y tenir. Nombreux sont les parents qui ne reconnaîtront pas qu'ils la négligent. Il s'agit pourtant d'une des règles les plus importantes, si vous ne voulez pas finir par vous retrouver seul(e) avec votre enfant.

Si vous avez aimé cette personne au point d'avoir des enfants avec elle, c'est donc qu'elle compte beaucoup pour vous. Il faut qu'elle reste la personne la plus importante dans votre vie. Elle vous demandera peut-être moins de temps et d'attention que vos enfants, mais elle n'en doit pas moins rester l'objet de votre amour. Avoir des enfants change votre relation davantage que vous l'auriez cru possible, mais dans vingt ans, vous vous retrouverez seul avec votre partenaire, tout comme au départ. Si cette personne n'est plus ce qui compte le plus dans votre existence, cette situation sera difficile pour vous. De même pour vos enfants, quitter la maison des parents est déjà suffisamment difficile pour eux sans qu'il leur faille avoir l'impression que le monde de leurs parents s'écroule. Il est important pour eux qu'ils sachent que vous vous aimez. C'est ce qui leur permettra de faire leur vie et de trouver une personne qu'ils aimeront davantage encore qu'ils vous aiment.

La solution est en partie d'ordre logistique. Prenez la décision de passer une soirée à l'extérieur tous les deux une fois par semaine. Si vous ne pouvez pas recourir aux services d'une baby-sitter, faites appel à quelqu'un de la famille, quitte à lui renvoyer l'ascenseur. Offrez-vous

une promenade, un pique-nique dans un parc, tout ce que vous voulez. L'essentiel est de continuer à faire des choses à deux, comme auparavant.

Si cela pose vraiment trop de problèmes* (si vous avez plusieurs enfants, vous comprendrez ce que je veux dire), partez en promenade avec la marmaille, mais orientez la conversation sur vous deux plutôt que sur votre bébé.

Enfin, il y a le sexe. Bien sûr, nous le savons tous, il est difficile de ménager du temps pour cette activité quand on est épuisé, quand on doit sans arrêt s'occuper du bébé, quand on ne se sent plus très sexy ou quand le berceau du bébé est à côté du lit conjugal. Tout de même, vous pouvez toujours vous ménager une soirée pour un dîner en tête-à-tête ou pour un film d'amour, qui pourra être suivi d'un massage sexy. Je sais que vous aviez déjà entendu parler de ce truc, mais je vous assure qu'il est efficace. Faites cet effort, montrez-vous attentionnés l'un envers l'autre, et vous ne le regretterez pas. Si nécessaire, privilégiez la qualité plutôt que la quantité. Ainsi, quand les enfants seront plus grands, vous pourrez peut-être plus facilement retrouver les grands moments du passé.

> Si vous avez aimé cette personne au point d'avoir des enfants avec elle, c'est donc qu'elle compte beaucoup pour vous.

* Sapristi, mais où sont donc passées toutes ces personnes qui s'étaient spontanément proposées pour faire du baby-sitting ?

Les Lois concernant l'attitude

Être de bons parents, c'est en grande partie une question d'attitude. Une fois que l'on a pris le bon pli, tout le reste se met naturellement en place.

Cette section est donc consacrée à la bonne attitude qu'il s'agit d'acquérir en tant que parent, l'attitude à adopter envers ses enfants et envers le métier de parent. Il faut que vous voyiez vos enfants sous leur meilleur jour, afin de les apprécier le plus possible et de leur assurer l'éducation dont ils ont besoin. S'ils vous apparaissent comme des démons, ou comme des anges, comme quelque chose de négatif ou d'irréaliste, vous risquez fort de vivre quelques années très difficiles.

Il s'agit essentiellement d'établir de bonnes relations dès le départ, de façon à ce que vos enfants puissent grandir et devenir progressivement plus indépendants et que vous tiriez de cette expérience autant de bienfaits qu'ils en tireront eux-mêmes.

Loi n° 11

L'amour ne suffit pas

« La chose la plus importante que vous puissiez donner à vos enfants est l'amour »: combien de fois avez-vous entendu ce lieu commun? Bien sûr, l'amour est une chose essentielle. C'est évident. Je crois que nous le comprenons tous très bien. Cependant, si c'est la seule chose que vous leur donnez, ils auront de gros problèmes.

Les parents hippies, soixante-huitards ou bobos (je sais de quoi je parle, j'en ai été) ont tendance à s'imaginer qu'il convient de laisser les enfants livrés à eux-mêmes et que, ainsi, ils seront heureux, tant qu'ils savent que leurs parents les aiment. Il faudrait ne jamais leur imposer de contraintes ni de limites.

Excusez-moi un instant.

Ouf, une fois qu'on a bien vomi, on se sent mieux. Revenons à nos moutons.

J'ai vu des enfants de hippies grandir dans ce genre d'environnement permissif. Devenus adultes, ils ont eu de grosses difficultés à prendre pied dans le monde réel et à nouer des relations d'adultes, que ce soit au travail ou en amitié. Certains, nourris de pois chiches germés pendant dix-huit ans, ont eu aussi des difficultés à apprendre à s'alimenter normalement. Je connais même un couple de jeunes qui a dû partir à l'étranger pour échapper à leurs parents.

Oui, l'amour, nous sommes d'accord, vous devez donner de l'amour à vos enfants – mais il y a d'autres choses qui comptent aussi : la discipline, l'autodiscipline, les valeurs morales, la sociabilité, un mode de vie sain, des centres d'intérêt, une bonne éducation, l'ouverture d'esprit, l'indépendance d'esprit, la notion de l'argent, de l'assurance, la capacité d'apprendre… et un petit tour chez le coiffeur à intervalles réguliers.

Personne n'a jamais dit que c'était facile. Devenir parent, c'est s'engager dans un travail qui risque d'être très prenant durant tout le reste de votre existence. Les aimer ne suffit pas, et les laisser faire tout ce qu'ils veulent n'est pas bon pour eux, il y faut de la sueur, du sang et des larmes. Remarquez cependant, autour de vous, tous ces parents qui s'en sortent très bien : ce n'est donc pas si difficile. Certes, il faut admettre que la tâche est d'envergure. Heureusement, vous avez dix-huit ans pour en venir à bout.

Devenir parent, c'est s'engager dans un travail qui risque d'être très prenant durant tout le reste de votre existence.

Loi n° 12

Pour chaque recette, les ingrédients sont différents

Nous venons de voir (Loi n° 11) que donner aux enfants de l'amour est loin d'être suffisant. Qu'allez-vous faire ? Il n'existe pas de réponse simple, car la bonne manière de s'y prendre dépend de la personnalité de l'enfant ainsi que des circonstances.

Vous ne pouvez pas vous contenter d'appliquer bêtement à chaque enfant une série d'instructions. J'ai des amis qui ont élevé leurs trois enfants selon la même méthode, et tout s'est bien passé. Puis ils ont eu un quatrième enfant qui était complètement différent. Il percevait le monde d'une façon différente, ne supportait pas l'autorité et avait des difficultés à comprendre les autres. Il était charmant, mais très excentrique. Ainsi, par exemple, il dormait tout habillé, parce qu'il trouvait absurde d'enlever ses habits pour les remettre le lendemain dès le réveil.

Mes amis se disputaient sans arrêt avec leur fils, qui ne suivait pas l'exemple des trois autres. Ils ont cependant eu la sagesse de prendre le temps de discuter de ce problème et de réfléchir ensemble à ce qu'il convenait de faire. Ils ont ainsi décidé d'adapter certaines règles à la personnalité de cet enfant. Peu importe lesquelles, l'idée est qu'ils ont vraiment réfléchi au problème.

Voulez-vous que je vous dise ? Ils ont commencé à réfléchir aussi à la manière dont ils élevaient les trois autres, et ainsi, leurs relations sont devenues encore meilleures.

Il s'agissait d'étudier les points qui posaient un problème et de chercher comment y remédier.

Au contraire, si vous ne réfléchissez pas à ce que vous faites, il y a peu de chances pour que tout aille bien. Si vous partez faire les courses sans avoir réfléchi à ce que vous allez acheter, vous risquez de revenir avec des articles qui ne seront pas ceux dont vous aviez besoin. Si vous partez sans avoir réfléchi au type de séjour que vous vouliez, vous avez moins de chances d'apprécier vos vacances. De même, si vous ne réfléchissez pas à la façon dont vous allez élever vos enfants, vous ne ferez pas de votre mieux.

Si vous partez faire les courses sans avoir réfléchi à ce que vous allez acheter, vous risquez de revenir avec des articles qui ne seront pas ceux dont vous aviez besoin.

Loi n° 13

Tâchez de paraître content de les voir

Il y a une chose qui m'exaspère. Je ne compte même plus le nombre de parents que j'ai vu se comporter ainsi. L'enfant revient de l'école, par exemple, et tout ce que son père ou sa mère trouve à dire pour l'accueillir, c'est « Enlève tes chaussures, tu ne vois pas qu'elles sont pleines de boue ? » ou « Avant de jouer, commence par faire tes devoirs ».

J'ai une amie qui, un jour, était revenue du lycée en milieu de journée avec une contusion, suite à une chute pendant le cours d'éducation physique. À cette époque, dans une telle situation, on était autorisé à rentrer chez soi. Au moment où elle est apparue sur le seuil de la porte, sa mère, qui était en train de laver le sol de la cuisine, l'a regardée en fronçant les sourcils et lui a dit sévèrement : « N'entre pas. Le sol est mouillé. »

Comment un enfant traité ainsi peut-il savoir que ses parents l'aiment, alors qu'ils accueillent plus chaleureusement leur chien, les grands-parents, les amis des enfants et même le facteur* ?

D'autres parents encore ignorent leurs enfants au moment où ces derniers reviennent à la maison. Ils font comme si les enfants faisaient partie du mobilier. Ce n'est guère mieux. Ne leur accorder aucune attention est aussi peu souhaitable que leur crier après.

---

* Je n'ai rien contre les facteurs.

En semaine, le petit déjeuner est généralement un moment où tout le monde est pressé. Il n'est pourtant pas nécessaire d'avoir du temps pour être aimable. Et puis, franchement, tout ce qui peut rendre les enfants un peu moins grognons pendant qu'on essaie de les peigner ou de leur faire avaler quelque chose avant de partir devrait être souhaitable, n'est-ce pas?

Est-il si difficile de leur accorder un sourire, ou peut-être de leur faire un bisou (s'ils n'ont pas encore atteint l'âge où ils ne l'accepteront plus)? Ce n'est pas grand-chose mais, pour eux, cela change tout. Ils ont besoin de savoir que vous êtes content de les voir.

Enfin, si votre enfant a vraiment les semelles sales et si vous venez juste de laver le sol de la cuisine (on pourrait se demander pourquoi, sachant que votre enfant était sur le point d'arriver avec ses semelles boueuses), vous pouvez toujours vous y prendre avec humour pour lui signaler qu'il ne doit pas entrer, et l'embrasser pour le remercier de sa compréhension.

Est-il si difficile de leur accorder un sourire,
ou peut-être de leur faire un bisou?

Loi n° 14

Traitez votre enfant avec respect

Je connais une mère qui est toujours en train de donner à ses enfants des instructions : « Finis ton assiette », « Monte dans la voiture », « Brosse-toi les dents ». L'autre jour, je l'entendais se plaindre de la difficulté d'obtenir des enfants qu'ils disent « s'il te plaît » et « merci ». À présent, vous savez comme moi quelle est la cause du problème, mais elle-même continue de l'ignorer.

C'est pourtant si facile. Les enfants, contrairement aux adultes, sont censés faire ce que disent leurs parents. Avec les adultes, vous faites des efforts d'amabilité et vous employez des formules de politesse, mais vos enfants, vous leur dictez ce qu'ils doivent faire ? Le problème est que vos enfants ne feront pas trop attention à la manière dont vous parlez aux autres adultes. Ne vous étonnez pas qu'ils vous parlent comme vous leur parlez.

Vos enfants auront même tendance à faire plus attention à ce que vous faites qu'à ce que vous dites. Non seulement vous ne pourrez pas leur reprocher de négliger les formules de politesse si vous les négligez vous-même quand vous leur parlez, mais vous devriez même les féliciter de suivre votre exemple.

Vos enfants méritent le respect, ne serait-ce que parce que ce sont des êtres humains. Mais surtout, vous n'obtiendrez pas leur respect si vous ne leur en témoignez pas. Ne craignez pas de perdre votre autorité. Vos enfants comprendront vite que des formules comme « Brosse-toi

les dents s'il te plaît » et « Pourrais-tu mettre la table ?» ont un caractère obligatoire. Il s'agit de leur apprendre les bonnes manières, de la meilleure façon possible : par l'exemple.

Ce ne sont pas seulement les bonnes manières qu'ils doivent apprendre par l'exemple. Vous devrez toujours tenir vos promesses, ne jamais leur mentir (une exception est admise pour le Père Noël) et ne jamais prononcer de grossièretés en leur présence, si vous ne voulez pas qu'ils fassent de même. Autrement, c'est comme si vous leur faisiez comprendre de la façon la plus claire que, à vos yeux, ils ont moins d'importance que bien d'autres personnes. Vous savez maintenant que vos enfants comptent beaucoup pour vous, mais il importe que vos enfants le sachent aussi.

Si vous aimez vos enfants plus que quiconque (à l'exception de votre conjoint), alors ils méritent votre respect plus que quiconque, tout simplement. C'est ainsi qu'ils apprendront à traiter eux aussi les autres avec respect. Vous vous inquiétez de savoir à quoi ressemblera la prochaine génération ? Vous savez désormais de quoi cela dépend.

Vos enfants méritent le respect, ne serait-ce que parce que ce sont des êtres humains.

Loi n° 15

Sachez apprécier leur compagnie

Je peux comprendre que vous ayez quelque réticence à admettre cette Loi. Elle est parfois difficile à respecter. Il est vrai que, en leur présence, vous n'êtes pas dans vos meilleures dispositions pour regarder votre film préféré, pour écouter votre musique préférée ou pour déguster votre chocolat préféré*.

Vous n'êtes pas obligé d'être toujours d'humeur à faire des cabrioles avec vos enfants. Simplement, quand vous avez la possibilité de vous détendre et de vous amuser avec eux – le temps d'un week-end, pendant les vacances ou quand ils se couchent, au moment de leur lire une histoire – il est important d'apprécier ces moments.

Qu'est-ce qui vous en empêche ? Sans doute êtes-vous trop préoccupé par tout ce que vous avez à faire, par les légumes qui sont en train de cuire ou par la réunion que vous devrez animer demain, pour pouvoir écouter attentivement le récit complet – quoique pas très clairement raconté – du dernier épisode des *Simpson*.

Et cependant, la tâche la plus importante de toutes, c'est de profiter de la présence de vos enfants. Cessez donc de songer à quoi que ce soit d'autre et ne pensez plus qu'à eux et à ce qu'ils sont en train de faire et de dire. Dites-vous que c'est aussi important que changer leurs couches, préparer le dîner ou rédiger le texte d'une conférence.

---

* C'est faux pour le chocolat ? Bon, d'accord…

Sachez converser véritablement avec eux. Si votre fils vous annonce joyeusement qu'il vient de tuer dix-sept orques, ne lui répondez pas par une simple onomatopée. Dites plutôt: « Mais alors, tu as utilisé tous tes harpons ? »

Pour que la compagnie de vos enfants soit un plaisir, il faut qu'elle soit une fin en soi. En réalité, vous ne trouvez pas intéressant du tout d'habiller la poupée Barbie, ni de discuter des plus infimes détails concernant tel club de football, ni d'écouter le récit interminable d'une bataille imaginaire entre les forces de la Lumière et un bataillon d'envahisseurs venus d'une autre planète. Vous n'êtes pas obligé de trouver cela intéressant. Il ne s'agit que d'un moyen en vue d'une fin. La fin, c'est de passer du temps avec vos enfants, de savoir comment ils voient le monde, ce qui les amuse, ce qui les dérange, ce qui les frappe, ce qui les intéresse, ce qui les fascine, ce qui les ennuie et ce qui les intrigue.

Quand vous aurez appris à ménager un moment pour apprécier leur compagnie, vous y trouverez bien davantage de plaisir et vous commencerez vraiment à apprendre à leur contact. Une fois que vous aurez pris l'habitude de leur consacrer ainsi vos moments de temps libre, vous pourrez bien mieux vous pardonner ces moments où vous n'aurez vraiment pas pu vous farcir *Mon Petit Poney* pendant encore une demi-heure.

Pour que la compagnie de vos enfants soit un plaisir, il faut qu'elle soit une fin en soi.

Loi n° 16

Être ordonné et soigné n'est pas aussi important que vous pouvez le croire

Le jour où j'ai rencontré celle qui allait devenir ma femme, je me rappelle avoir été impressionné par sa maison : des tables et des plans de travail bien dégagés, un sol sur lequel rien ne traînait. Je pouvais déplacer un objet au hasard et lui demander d'où il provenait, et j'étais sûr d'obtenir une réponse immédiate. Chaque objet avait sa place attitrée.

Pour moi, qui avais l'habitude de poser des objets un peu n'importe où et de ne plus y penser, c'était quelque chose de tout à fait nouveau. Je dois avouer que le jour où nous avons décidé d'avoir des enfants, je me suis demandé comment ma femme allait faire. Je savais que sa façon de tenir une maison n'était pas compatible avec la conception souple et libérale que nous partagions concernant l'éducation à donner à nos enfants*.

En fin de compte, elle s'est admirablement adaptée, comme le font un grand nombre de personnes qui deviennent parents. Cependant, tout le monde n'y parvient pas. Certains persistent à vouloir endiguer le flot de boue, de saleté, de poussière, de livres, de jouets et de désordre qui accompagne inévitablement la présence des enfants.

Ici, il n'y a que deux possibilités. Soit vous vous acharnez à faire l'impossible pour que votre maison reste bien rangée, vous empêchez

---

* Je dois dire à la décharge de ma femme que malgré son obsession de l'ordre, elle ne repassait jamais son linge et ne sortait son aspirateur que pour les grandes occasions.

vos enfants de se comporter de façon naturelle et vous en faites des pseudo-adultes guindés. Soit vous lâchez prise, vous acceptez cette idée que vous avez des enfants à la maison et vous optez pour la joie et la bonne humeur, sachant qu'il y aura de temps à autre de la boue par terre et du désordre dans les chambres. Je pense que vous savez comme moi quelle est la bonne option.

Ce n'est pas que les enfants ne doivent jamais être soigneux, mais il faut les laisser d'abord s'amuser. Ensuite, il s'agit de remettre les choses en ordre. Qu'importe que la table de la cuisine soit couverte de traces de doigts et qu'importe que les vêtements de vos enfants soient couverts de boue. Tout cela peut se nettoyer. Il importe plutôt que vos enfants aient la possibilité de s'amuser librement.

Ce n'est pas que les enfants ne doivent jamais être soigneux, mais il faut les laisser d'abord s'amuser.

Loi n° 17

Être de bons parents, c'est prendre des risques calculés

Quand j'étais adolescent, mon frère cadet – alors âgé de huit ans – avait un jour trouvé intelligent de grimper sur un arbre du jardin. Il avait à peu près atteint la hauteur du toit de la maison quand la branche sur laquelle il se tenait a craqué. Il s'est alors agrippé des deux mains à la branche qui se trouvait au-dessus de sa tête et s'est retrouvé suspendu à huit mètres au-dessus du sol. Ses cris s'entendaient de loin, comme on peut l'imaginer.

Ma mère a dû avoir l'estomac noué en l'apercevant là-haut, mais elle n'en a rien laissé paraître. Elle l'a simplement guidé d'un ton rassurant : « Tout va bien, écarte le pied gauche de dix centimètres et tu pourras t'appuyer… Voilà. Maintenant, avec la main droite, attrape la branche qui est au-dessous… » et ainsi de suite, jusqu'à ce qu'il soit redescendu.

Après cet incident, vous auriez pu penser que ma mère nous aurait interdit de grimper dans les arbres, au moins pendant quelques années, mais pas du tout. Elle savait que mon frère avait compris la leçon.

Où voulais-je en venir ? Il faut laisser les enfants faire leurs propres erreurs et en tirer eux-mêmes les leçons. S'ils ne prennent jamais de risques, ils n'apprendront jamais. C'est par ses erreurs que l'on progresse, et cela signifie que vous devez, vous aussi, prendre des risques. Vous devez laisser vos enfants grimper dans les arbres et ne pas vous opposer à ce qu'ils partent en randonnée. Bien sûr, c'est à vous de calculer les risques. Ils sont parfois trop grands, auquel cas il faut dire non, mais

on ne peut pas se fonder toujours sur le pire qui puisse arriver. Ou alors, vous direz non à tout, et vos enfants, au lieu d'apprendre la vie, se retrouveront démunis le jour où ils voudront voler de leurs propres ailes et prendre leurs propres décisions. Vous ne vous serez pas acquitté valablement de votre tâche de parent.

Acceptez donc de prendre des risques, sachant que, de temps à autre, tout ne se passera pas bien. Il pourra arriver que votre enfant se fracture le poignet ou qu'il rate un examen. Dites-vous qu'il aurait pu lui arriver quelque chose de plus grave. Sur le long terme, le refus de tout risque est tout de même ce qui lui serait le plus funeste.

> On ne peut pas se fonder toujours sur
> le pire qui puisse arriver.

Loi n° 18

Gardez vos inquiétudes pour vous

Puisque vos enfants auront la possibilité de prendre des risques, vous aurez nécessairement des occasions de vous inquiéter. Vous aurez des inquiétudes quand ils grimperont aux arbres, quand ils apprendront à conduire, quand ils partiront en vacances. Finalement, même si vous ne prenez aucun risque, vous aurez toujours l'occasion de vous inquiéter. Vous vous inquiéterez quand ils seront pour la première fois entre d'autres mains, quand ils iront à l'école, quand ils passeront pour la première fois la nuit chez des copains, quand ils auront de la fièvre, et quand ils passeront des examens scolaires.

Ce que vous ne devez pas oublier, c'est que vous ne serez pas le seul à avoir des inquiétudes, vos enfants aussi en auront. Aller à l'école pour la première fois peut être une perspective effrayante pour un jeune enfant. Un adolescent est parfois dans tous ses états au moment de partir en vacances.

Votre tâche est précisément de les rassurer. Donnez-leur la confiance dont ils ont besoin. Si vous avez l'estomac noué, n'en laissez rien paraître. Souriez et faites comme si tout allait pour le mieux du monde. Oui, c'est bien la tâche qui vous incombe en tant que parent.

Votre seule consolation, c'est que vous pouvez toujours aller vider votre sac auprès d'un autre adulte, votre conjoint par exemple. Ou mieux encore, vos parents. En effet, même maintenant, c'est toujours à eux qu'incombe la tâche de vous rassurer.

Pendant que nous y sommes, essayez aussi d'arrêter de dire à votre enfant « fais attention » dès qu'il passe le seuil de la porte. En effet, non seulement cela dénote un manque de confiance envers votre progéniture, mais vous devriez savoir qu'un enfant qui porte un objet fragile risque bien davantage de le renverser si on lui dit de faire attention que si on ne lui dit rien. En le mettant en garde, on lui transmet l'idée que quelque chose est sur le point d'aller mal. Dites-lui plutôt « amuse-toi bien ».

Vous ne serez pas le seul à avoir des inquiétudes, vos enfants aussi en auront.

Loi n° 19

Sachez voir les choses de leur point de vue

Les enfants ont toujours l'impression que, sous prétexte qu'ils ne sont pour nous que des enfants, nous les ignorons, nous ne faisons pas assez attention à ce qui leur arrive et à ce qu'ils ressentent et nous ne tenons pas assez compte de la façon dont nos décisions peuvent les affecter. Eh bien, ils ont tout à fait raison.

C'est bien ce que nous avons tous tendance à faire : pas toujours, certes, mais trop souvent. Je sais que je le fais moi-même, et je n'ai encore jamais rencontré des parents qui ne le faisaient pas. Nous avons tendance à penser (pour ceux d'entre nous qui y pensent) que nous seuls savons ce qui est bon pour eux, qu'eux-mêmes n'en savent rien. C'est vrai parfois, mais pas toujours.

C'est dans une certaine mesure inévitable. La plupart des enfants voudront toujours veiller plus longtemps que ce qui est bon pour eux. Ils auront tendance à vouloir se nourrir essentiellement de glaces, de chocolat et de sucreries, et si on leur donne le choix, ils préféreront traîner sur une plage ou ailleurs plutôt qu'aller à l'école. Nous savons donc que nous devons leur imposer notre propre façon de voir les choses, mais cela ne signifie pas pour autant que nous sommes capables de les voir de leur point de vue. En réalité, j'aurais tendance à penser que la plupart des enfants, s'ils étaient livrés à eux-mêmes, ne tarderaient pas à se comporter de façon bien plus sensée que ce dont nous les croyons capables.

Souvent, les enfants ne voient pas le monde comme nous le voyons. Toujours est-il que nous ne nous préoccupons pas assez de leur point de vue et qu'ils ont parfois de bonnes raisons de piquer leur crise quand ils pensent que nous les ignorons. Tout cela relève de la Loi n° 14, *Traitez votre enfant avec respect*. Montrez-leur que vous êtes capable de partager leur point de vue, c'est important (et si vous en êtes incapable, je suis sûr qu'ils sauront vous aider: demandez-leur).

L'autre jour, j'étais sur le point d'emmener mes enfants quelque part et l'un d'eux était en train de regarder la télévision. Je lui ai donc demandé de l'éteindre et de monter dans la voiture. Il s'est mis en colère. Je lui ai dit avec détermination que nous devions aller chercher quelqu'un à la gare et que c'était plus important que la télé. Le ton est monté et nous nous sommes énervés l'un et l'autre, bien que ni lui ni moi n'aimions cela. Je me suis alors demandé s'il n'y aurait pas un meilleur moyen de lui faire entendre raison.

C'est alors que je me suis souvenu de la Loi n° 19. J'ai demandé à mon fils quel était le problème. Il m'a expliqué que c'était son émission préférée et qu'il l'avait déjà ratée ces deux dernières semaines. Je lui ai donc proposé de l'enregistrer. Le problème était résolu. En réalité, le problème n'avait rien à voir avec l'émission. Le problème a été résolu parce que je me suis préoccupé de ce qu'il ressentait. Naturellement, il aurait mieux valu que je me souvienne plus tôt de la Loi n° 19, mais j'étais déjà absorbé par la Loi n° 2 (celle qui dit que personne n'est parfait). Voilà quelle est mon excuse.

> Les enfants ont parfois de bonnes raisons de piquer leur crise quand ils pensent que nous les ignorons.

Loi n° 20

Être parent n'est pas un sport de compétition

L'autre jour, je discutais avec une mère des habitudes alimentaires de nos enfants. Je lui expliquais que les miens n'arrêteraient pas de grignoter des chips et des biscuits s'ils restaient à la maison (ce pourquoi nous les obligions à passer la plus grande partie de leur temps à l'extérieur). Elle m'a répondu qu'elle avait sans doute de la chance, car les siens mangeraient plutôt des fruits et des légumes. J'ai tout de même quelques doutes à ce sujet, ayant constaté la frénésie avec laquelle, dernièrement, ses deux enfants se sont jetés sur des biscuits qu'on leur avait offerts. Mais surtout, la réponse de cette dame était typique de cet esprit de compétition si répandu : c'était un moyen pour elle de nous rabaisser, moi et mes enfants, et d'affirmer sa supériorité et celle de ses propres enfants.

Un des domaines de prédilection des amateurs de ce genre de comparaison est l'apprentissage de la propreté. Je connais des parents qui ont commencé à mettre leur bébé sur le pot au bout de quelques mois, simplement pour qu'il soit en avance par rapport aux enfants de leurs amis. D'autres se vantent que leur enfant ait commencé à marcher plus tôt que les autres. Plus tard, ce sont les performances sportives, le niveau musical et les résultats scolaires. Cependant, la façon la plus soumoise de cultiver cet esprit de compétition entre parents consiste non pas à se vanter ouvertement des prouesses de ses enfants, mais à vous dire par exemple « j'ai sans doute de la chance, car les miens

mangeraient plutôt des fruits que des chips », sans que vous ne soyez censé croire un seul instant que c'est de chance qu'il s'agit.

Nous autres parents initiés aux bonnes règles, n'entrons pas dans ce jeu de compétition. Nous avons assez confiance en nos propres capacités – et nous acceptons assez bien nos imperfections – pour savoir lâcher prise. Voyez-vous, non seulement les parents qui jouent ce jeu ont rarement de bons amis (du moins, de bons amis parents), mais leurs malheureux enfants se sentent obligés d'être toujours des enfants modèles pour leur permettre de continuer à se gargariser de la sorte. Ils croient qu'ils doivent sans arrêt surpasser leurs copains pour ne pas déplaire à leurs parents. Ils finissent par développer, eux aussi, cet esprit de compétition, ce qui nuit à leurs relations d'amitié, sans parler des relations entre frères et sœurs. Un enfant a pourtant bien des occasions de s'initier sainement à la recherche de la performance, sans devoir imposer à son entourage cet esprit malsain – à ses propres dépens.

Ces parents qui cultivent un esprit de compétition sont en réalité des gens peu sûrs d'eux, crispés, et qui doutent de leur propre capacité d'élever correctement leurs enfants. C'est la raison pour laquelle, afin de se valoriser, ils ont besoin de vous rabaisser. N'en prenez pas ombrage. Plaignez-les plutôt. Ce sera un bon moyen de les déstabiliser.

Un enfant a bien des occasions
de s'initier sainement à la recherche
de la performance, sans devoir imposer
à son entourage cet esprit malsain –
à ses propres dépens.

Les Lois concernant le quotidien

Tous ces principes généraux ont leur importance dans l'éducation des enfants, mais être parent, c'est aussi et surtout un ensemble de tâches quotidiennes : changer les couches ou tirer les enfants du lit, les habiller, faire en sorte qu'ils soient prêts pour partir à l'école en temps et en heure, qu'ils se nourrissent comme il convient, qu'ils aillent se coucher, etc.

C'est pourquoi je suppose que, en réalité, vous avez maintenant besoin de quelques règles pratiques pour rendre votre quotidien à la fois plus facile et plus joyeux.

Grâce aux Lois qui suivent, vous pourrez espérer faire de vos enfants des adultes intelligents, éveillés et efficaces.

Loi n° 21

Laissez-les se débrouiller et apprendre

Je ne veux pas vous effrayer, mais il va falloir que votre enfant, à dix-huit ans et peut-être même avant, soit capable de se comporter en adulte responsable, qu'il prenne ses propres décisions, qu'il choisisse lui-même ses amis, qu'il sache faire son lit, aller seul à ses rendez-vous, etc. Tout cela suppose un certain travail de votre part.

Si vos enfants ont encore besoin que vous les nourrissiez à la cuillère à quatre ans ou que vous prépariez leur cartable à quatorze ans, ils risquent de ne pas être bien armés pour affronter les difficultés de l'existence. Par conséquent, évitez de faire pour eux tout ce qu'ils peuvent faire eux-mêmes. Il ne s'agit pas seulement du rangement et des devoirs (personnellement, je considère que dès huit ans, mes enfants savent faire leurs devoirs mieux que je ne saurais les faire pour eux). Il faut également qu'ils aient chacun, dès l'âge de dix ans, l'occasion de préparer le repas familial, même s'il ne s'agit que d'une omelette, qu'ils soient initiés à l'utilisation du lave-vaisselle et qu'ils apprennent à préparer eux-mêmes leurs sacs pour les départs en vacances.

Mais ce n'est même pas le plus important. Loin de là! Vous devez, le plus tôt possible, leur apprendre deux autres choses: gérer leur propre argent et prendre leurs propres décisions.

En effet, si c'est vous qui contrôlez entièrement les finances et si vous leur donnez simplement un argent de poche symbolique, ils n'apprendront rien. Le mieux est de leur confier, dès que possible, la responsabilité

d'un budget d'habillement par exemple, ou de leur donner régulièrement un argent de poche minimum en leur laissant le soin de gagner le reste. J'ai un ami qui est la « banque » de ses enfants : il rémunère généreusement leur épargne, si bien qu'ils préfèrent épargner plutôt que dépenser. Il existe différentes manières d'apprendre aux enfants la notion de l'argent. Il s'agit de trouver celle qui sera probante pour vous et pour vos propres enfants.

Bien sûr, vous devez aussi apprendre à vos enfants à prendre leurs propres décisions. À cinq ans, ils peuvent déjà choisir quels vêtements ils vont porter aujourd'hui. Plus tard, à eux de choisir la filière dans laquelle ils désirent étudier ou se spécialiser. Cela suppose qu'ils apprennent aussi à assumer les conséquences d'une mauvaise décision. Pour cela, vous devez accepter de les voir faire des erreurs. Naturellement, vous pouvez émettre des suggestions, mais quand ils seront plus grands, vous devrez attendre qu'ils vous demandent votre avis et éviter d'exercer sur eux la moindre pression. C'est leur vie. N'oubliez pas que, au bout de dix-huit ans, ils devront être autonomes.

Vos enfants doivent apprendre à gérer leur vie eux-mêmes, et donc à assumer les conséquences d'une mauvaise décision.

Loi n° 22

Apprenez-leur à penser par eux-mêmes

Non seulement vos enfants doivent commencer assez vite à prendre eux-mêmes des décisions (Loi n° 21), mais il faut aussi qu'ils soient capables de penser par eux-mêmes. Si votre enfant conteste votre autorité, c'est sans doute frustrant pour vous mais c'est aussi le signe qu'il est capable d'une certaine indépendance. C'est bien ce que vous devez souhaiter (même si vous le souhaitez surtout pour l'avenir, et non pour tout de suite).

L'autre jour, j'étais en compagnie d'une amie dont la fille âgée de cinq ans cherchait manifestement à tester les limites de notre patience, comme peut le faire un enfant de cet âge. Mon amie s'est fâchée. Voyant la réaction de sa fille, elle lui a demandé : « Pourquoi crois-tu que je suis en colère après toi ? » La petite fille a semblé réfléchir, puis elle a marmonné : « Parce que je n'ai pas arrêté quand tu m'as dit d'arrêter. » Si sa mère ne lui avait pas posé la question, elle n'aurait pas cherché à comprendre sa colère. Sa mère lui apprenait à réfléchir.

Mon amie avait assimilé la technique la plus élémentaire entre toutes pour apprendre aux enfants à réfléchir : leur poser des questions. L'important n'est pas le sujet : que vous leur demandiez s'ils préfèrent le basket ou le football, quel serait le meilleur moyen de préparer cent repas pour un mariage, comment lutter contre le réchauffement planétaire ou ce qu'ils pensent de la politique de leur pays au Moyen-Orient (gardez peut-être cette dernière question pour quand ils seront un peu plus grands), l'idée est de les inciter à réfléchir.

Bousculez aussi leurs idées : pas de façon agressive, mais en leur demandant par exemple « Qu'est-ce qui te fait croire cela ? ». À deux ans, vous pouvez leur demander pourquoi, à leur avis, un chien aboie. À douze ans, vous pouvez leur demander si le prix des chaussures de sport griffées leur paraît justifié (dans le cas contraire, pourquoi devriez-vous leur acheter des chaussures aussi chères ? Oups, j'oubliais la Loi n° 21 : confiez-leur la responsabilité d'un budget d'habillement).

Habituez-les à réfléchir et à se poser des questions. Incitez-les à discuter, à débattre, à argumenter et à se remettre en question. Lorsqu'ils le feront naturellement, sans que vous soyez obligé de leur poser des questions, vous saurez que vous avez réussi à maîtriser la Loi n° 22.

À deux ans, vous pouvez leur demander pourquoi, à leur avis, un chien aboie. À douze ans, vous pouvez leur demander si le prix des chaussures de sport griffées leur paraît justifié.

Loi n° 23

Sachez complimenter avec à-propos

Félicitations ! Vous voilà déjà arrivé à la vingt-troisième Loi. Vous avez donc parcouru presque le quart du chemin qui doit vous permettre de devenir le parent le moins imparfait possible.

Mon propos est bien sûr de vous encourager : c'est bien le but des compliments. Les bons parents savent qu'on trouve difficilement mieux que les compliments pour encourager et motiver des enfants. Vous ne laisseriez pas passer la date de leur anniversaire sans leur offrir un cadeau : de même, vous ne pouvez pas laisser passer une réussite, un grand progrès, sans récompenser votre enfant au moins par un compliment.

Ce n'est pourtant pas si simple, n'est-ce pas ? Ne connaissez-vous pas des parents qui omettent de complimenter leurs enfants ? Il s'agit de bien doser les compliments, de les formuler comme il faut et avec à-propos.

Les compliments ne doivent pas être prodigués à tort et à travers. Il ne s'agit pas non plus d'être avare en compliments, mais de complimenter votre enfant en fonction de ses progrès. En faisant trop de compliments, vous en diminueriez la valeur. Si vous lui dites qu'il est un champion alors qu'il a très moyennement réussi quelque chose, que lui direz-vous quand il accomplira une véritable prouesse ? Enfin, si votre enfant est systématiquement récompensé par des compliments exagérés même pour la moindre broutille, il risque de trop craindre de vous décevoir. C'est une forme de pression qu'il vaut mieux éviter.

Vous demandez-vous à propos de quoi vous complimentez votre enfant exactement ? Si vous le complimentez toujours pour ses bons résultats scolaires mais jamais pour sa bonne conduite à la maison, quel message lui transmettez-vous concernant vos valeurs ? N'auriez-vous pas tendance à le complimenter davantage quand il obtient un résultat ou un prix que quand il fait le plus d'efforts ? Non, sans doute pas, car vous êtes un bon parent. Mais beaucoup d'autres parents ont ce travers.

Nombreux sont les parents qui omettent de complimenter leurs enfants pour leur bonne conduite parce que, pour eux, cette bonne conduite va de soi. Or, vos enfants ont besoin que vous leur montriez que vous avez remarqué leurs efforts : « C'est bien, tu ne t'es pas fourré les doigts dans le nez devant Tante Lucie », « Tu dois être fatigué, mais tu ne te plains pas. C'est très bien, je te félicite ». Voilà ce qui les incite à tâcher de faire aussi bien la prochaine fois.

Une dernière chose à propos des compliments. À votre avis, lequel de ces deux compliments votre enfant préférera-t-il : « Quel beau dessin ! » ou « On a l'impression que le cheval galope vraiment, comment as-tu réussi à faire cela ? ». Dans la mesure du possible, faites-lui un compliment précis et adapté, et posez-lui aussi des questions. Votre enfant rayonnera de fierté.

> N'auriez-vous pas tendance à le complimenter davantage quand il obtient un résultat ou un prix que quand il fait le plus d'efforts ?

Loi n° 24

Il est important de leur fixer des limites

Un jour, le fils d'une voisine, âgé de quatre ans, était monté sur le muret qui entourait sa propriété et s'était mis à courir. Or, le muret surplombait un parking goudronné, à cinq mètres en contrebas. Sa mère l'observait sans mot dire. Ayant sans doute remarqué mon air inquiet, elle m'avait lancé : « Je sais. Je lui ai déjà dit de ne pas monter, mais il ne m'écoute pas. Qu'est-ce que je peux faire ? » J'en avais eu le souffle coupé, au point de ne rien trouver à lui répondre (mais si je lui avais fait part de mon opinion, j'imagine qu'elle ne m'aurait pas écouté).

La bonne réponse à sa question, vous la connaissez aussi bien que moi. Quand c'est non, c'est non. Cette histoire est l'exemple type de ce qui se produit quand les parents ne savent pas imposer à leurs enfants des limites à ne pas franchir. Le petit garçon de quatre ans testait ses parents, et apparemment ces derniers le laissaient aller toujours plus loin.

Le monde est dangereux pour les adultes comme pour les enfants. Pour les enfants, la meilleure sécurité, c'est un ensemble de règles claires à respecter. Si les enfants, surtout quand ils sont petits, ne cessent de tester les limites, ce n'est pas parce qu'ils veulent les repousser mais parce qu'ils veulent *s'assurer qu'elles n'ont pas changé*. Votre rôle est de leur montrer clairement où sont ces limites et de leur garantir qu'elles ne changeront pas. Vous devez donc leur dire non chaque fois qu'ils voudront escalader le muret et, si nécessaire, appliquer la Loi en les en faisant redescendre. C'est en imposant des limites à votre enfant que vous lui donnerez confiance en lui-même, que vous lui permettrez

de savoir quelle est sa place dans un monde en évolution permanente et que vous lui prouverez que vous l'aimez.

Au passage, cela vaut pour les deux parents. Il n'est pas souhaitable que l'un des deux parents s'abstienne d'obliger l'enfant à respecter les limites que l'autre parent lui impose : cela ne pourrait que déstabiliser l'enfant. Vous devrez l'un et l'autre faire la police (voir à ce propos la Loi n° 31). Peu importe que le papa prenne l'enfant sur ses genoux pour lui raconter une histoire tandis qu'avec la maman, l'enfant devra écouter l'histoire couché sous la couverture, mais les deux parents doivent veiller de la même manière au respect des règles importantes. Il y va du bonheur et de l'assurance de l'enfant.

Les deux parents doivent veiller de la même manière au respect des règles importantes, il y va du bonheur et de l'assurance de l'enfant.

Loi n° 25

Motiver n'est pas corrompre

Acheter la bonne conduite de son enfant par des cadeaux passe pour être une des pires méthodes d'éducation. Il importe cependant d'examiner cette question de plus près. Naturellement, il n'est pas question de promettre à votre enfant un billet de dix euros pour qu'il cesse de se conduire très mal.

Qu'en est-il lorsque vous pensez que votre enfant se conduit bien *pour le moment* mais que cela risque de ne pas durer longtemps ? Quand vous allez vouloir l'emmener faire les magasins, quand vous allez lui demander de faire ses devoirs, de manger ses légumes verts, d'éteindre la télévision ou d'aller se coucher, vous savez que vous devrez vous attendre à une mauvaise réaction de sa part. Supposons que vous lui promettiez une récompense s'il continue de bien se conduire et de vous obéir : peut-on dire que vous achetez sa bonne conduite ?

Je ne le crois pas, et je vais vous dire pourquoi. Quand je travaillais dans une grande entreprise, on me disait toujours que si je faisais mes preuves, j'obtiendrais une promotion, ou que si j'atteignais un certain niveau d'excellence, on me verserait une prime. Je ne vois aucune différence, et cependant personne n'appelait cela acheter les salariés. On appelait cela motiver les salariés, et c'était considéré comme quelque chose de souhaitable.

Ne faisons donc pas l'erreur de nous abstenir de motiver nos enfants à bien se conduire. Ce genre de méthode d'incitation est à conseiller, tant qu'elle est pratiquée avant que l'enfant n'ait commencé à mal faire.

Naturellement, il s'agit de faire attention au type d'incitation utilisé. Si vous récompensez toujours votre enfant avec de l'argent, vous lui donnez une image peu valorisante de la manière dont le monde fonctionne, sans compter que vous risquez de vider votre portefeuille. Par ailleurs, il faut que la motivation reste en proportion de ce que vous demandez. Ne lui achetez pas une nouvelle garde-robe complète pour le récompenser d'avoir étendu une demi-douzaine de vêtements sur le sèche-linge.

Dans l'idéal, la récompense doit avoir un rapport direct avec la demande. Si vos enfants se tiennent bien pendant que vous faites vos courses, vous les emmènerez ensuite au parc d'attractions. S'ils se lèvent à l'heure le matin sans que vous soyez obligé de les arroser d'un seau d'eau froide, vous les autoriserez à se coucher un quart d'heure plus tard. Si leur chambre reste bien rangée pendant deux mois, vous augmenterez leur budget vêtements.

Enfin, vous n'avez pas oublié la meilleure de toutes les récompenses, j'espère ? Vos enfants redoubleront d'efforts même sans contrepartie, s'ils savent que vous leur manifesterez votre satisfaction. Inutile de leur accorder dix récompenses par jour : la plupart du temps, ils seront très heureux de vous entendre déclarer « je serais vraiment content/impressionné/heureux si vous… » et bien entendu, vous n'oublierez pas, ensuite, de leur dire combien vous êtes content/impressionné/heureux.

> Dans l'idéal, la récompense doit avoir un rapport direct avec la demande.

Loi n° 26

La bonne et la mauvaise humeur sont contagieuses

À partir du moment où vous avez des enfants, vous formez avec eux une famille, et qui dit famille dit échanges. L'humeur de chacun influe sur celle des autres. Certains savent mieux que d'autres rester joyeux quand tout le monde autour d'eux est sur les nerfs, mais pour la plupart d'entre nous, notre humeur varie en fonction de celle des gens qui nous entourent.

En tant que parent, il faut que vous compreniez que vous êtes responsable de l'humeur familiale. Je ne dis pas que chaque fois qu'un de vos proches est mécontent, c'est vous le responsable. Simplement, au lieu de compter sur les autres pour retrouver leur bonne humeur, donnez vous-même l'exemple.

Les enfants ne comprennent pas que la bonne et la mauvaise humeur sont contagieuses. Ils ne peuvent pas s'imaginer que si vous êtes si irritable, c'est parce qu'ils vous ont tapé sur les nerfs toute la journée. Bien sûr, vous pourriez essayer de le leur apprendre, mais cela prendrait des années. Dès qu'ils n'ont plus le moral, ils sont enclins à vous punir, même s'ils savent que cela vous rendra d'aussi mauvaise humeur qu'eux. « Ça lui apprendra », se disent-ils. Seul un adulte peut briser ce cercle infernal, et cet adulte, c'est vous.

Un de mes enfants en particulier (je préfère ne pas dire lequel), quand il était plus jeune, avait l'habitude de se disputer avec moi sans arrêt. Ce qui m'énervait le plus, c'était qu'il ne cédait jamais, même lorsque

je perdais patience avec lui. Ma femme, qui attendait le bon moment pour intervenir, avait fini par m'expliquer que le comportement de cet enfant avait probablement un rapport avec le fait que moi-même, je ne cédais jamais. Ce que je lui apprenais par mon exemple, ce n'était pas une bonne méthode pour résoudre un conflit.

Ce n'est peut-être pas agréable à lire, mais c'est un fait : les parents qui crient après leurs enfants ont plus de chances d'avoir des enfants qui crient. Les parents qui ont tendance à se plaindre en présence de leurs enfants incitent leurs enfants à se plaindre. Les parents qui gémissent et qui bougonnent ont souvent des enfants qui gémissent et qui bougonnent. Il peut aussi arriver que les enfants optent pour l'autre extrême : que des enfants de parents colériques ne supportent pas la colère. Si vous voulez que vos enfants apprennent vite à maîtriser leurs émotions, il faut que votre propre maturité soit un exemple sur lequel ils pourront s'appuyer. Vous pouvez exercer une influence bénéfique sur l'humeur de vos enfants, et créer ainsi une spirale ascendante.

Les parents qui crient après leurs enfants
ont des enfants qui crient.

Loi n° 27

Attention aux habitudes alimentaires que vous leur donnez, ils les garderont à vie

Je ne vais pas vous dire comment vous devez nourrir vos enfants. Je n'en ai aucune idée. Peut-être êtes-vous végétarien, peut-être adorez-vous les beignets (ce que je peux très bien comprendre), ou peut-être ne supportez-vous pas les brocolis. C'est à vous de choisir parmi les diverses manières de s'alimenter sainement et d'éviter, autant que faire se peut, les mauvaises habitudes (comme manger des beignets par exemple).

Quels que soient vos choix, vos enfants auront du mal plus tard à se défaire de leurs habitudes alimentaires, c'est pourquoi il importe qu'ils s'habituent à se nourrir sainement.

Quand j'étais enfant, les habitudes alimentaires étaient très différentes de ce qu'elles sont maintenant. La génération de mes parents avait connu la guerre et le rationnement. L'obésité y était rare. Les habitudes alimentaires qui m'ont été transmises avaient un sens pour ma mère, mais il s'est avéré qu'elles n'avaient pas beaucoup de sens pour moi.

Ainsi, par exemple, je n'avais pas le droit de quitter la table avant d'avoir mangé tout ce qui était dans mon assiette. Tant que j'étais un petit garçon et tant que les portions étaient petites, cela ne posait pas de problème mais, par la suite, cette habitude m'a fait prendre trop de poids. Même lorsque j'ai vraiment voulu en perdre, il m'était

pratiquement impossible de laisser quoi que ce soit dans mon assiette. Aujourd'hui, mes enfants peuvent manger ce qu'ils veulent. Si on leur a servi une assiette trop remplie, ils ont le droit de ne pas la terminer.

Voici un autre exemple. Quand j'étais enfant, je n'avais droit à mon dessert que lorsque j'avais terminé mon assiette. Quelle leçon en ai-je naturellement tiré ? Que les plats chauds ne sont qu'un purgatoire par lequel il faut passer pour gagner le droit de se régaler des sucreries. Laissez-moi vous dire que cela ne m'a pas aidé à garder la ligne. Quelle politique ai-je adopté avec mes propres enfants ? Nous ne terminons presque jamais le repas par un dessert, sauf si nous avons des invités et, bien entendu, mes enfants ne sont pas obligés de finir leur assiette de viande, de légumes ou de pâtes.

Et que pensez-vous de cela : j'avais droit à une sucrerie quand je m'étais fait mal, ou comme récompense quand j'avais été particulièrement méritant. Maintenant, chaque fois que je me sens abattu, je m'offre une barre Mars. En écrivant ces lignes, je me promets une part de gâteau à chaque fois que j'aurai terminé une des parties de mon livre.

Quelles habitudes allez-vous donner à vos enfants ? Peut-être leurs gènes les mettent-ils à l'abri des problèmes de poids et autres problèmes de santé associés à de mauvaises habitudes alimentaires. Peut-être aussi ont-ils besoin de prendre des habitudes complètement différentes de celles que je donne aux miens. Peut-être êtes-vous mieux que moi au courant des bonnes habitudes en matière d'alimentation saine. Je ne prétends pas avoir toutes les réponses. Mon propos est simplement d'attirer votre attention sur l'importance des habitudes alimentaires que vous allez leur transmettre : il faut que ce soient celles que vous souhaitez vraiment qu'ils acquièrent.

> Vos enfants auront du mal plus tard à se défaire de leurs habitudes alimentaires.

Loi n° 28

Communiquez

Les parents ont trop souvent tendance à oublier de faire participer leurs enfants aux événements du quotidien. Au début, on pense qu'ils sont trop petits pour comprendre. Plus tard, l'habitude est prise, et puis on se dit que les faire participer ne ferait que compliquer la tâche. Ce serait pourtant le moyen de resserrer les liens familiaux et de fonctionner comme une équipe (du moins dans les bons moments).

De quelle sorte de communication s'agit-il ici ? Je vous en donnerai deux exemples. Quand vous attendez une visite, veillez-vous toujours à tenir vos enfants au courant ? S'il s'agit d'une personne qui leur tient à cœur, vous y pensez sûrement, mais s'il s'agit d'un visiteur qu'ils n'ont encore jamais rencontré ? Expliquez-vous à votre enfant que vous allez accueillir une décoratrice qui doit prendre des mesures dans le salon, ou un technicien qui doit réparer la machine à laver ? Quand vous installez votre petit enfant dans la voiture, lui dites-vous toujours où vous allez ? C'est peut-être évident pour vous, mais pas pour lui.

N'oubliez pas, non plus, que la communication fonctionne dans les deux sens. Vous devez préciser aux membres de votre équipe ce que vous faites (et si possible, pourquoi), mais vous devez aussi vous préoccuper de ce qu'ils pensent et écouter ce qu'ils ont à vous dire. Avant de décider d'une destination pour les vacances, en parlez-vous à vos enfants ? Un adolescent donne généralement son avis sans qu'on ait besoin de le lui demander, mais si vos enfants ont six ou sept ans, il importe que vous leur posiez la question.

Quand vous changez de voiture, consultez-vous vos enfants ? Bien sûr, vous n'achèterez pas une Lamborghini pour leur faire plaisir, mais vous pouvez leur demander à quoi ils attachent de l'importance : est-ce au volume du coffre, à la possibilité de transporter une planche à voile sur le toit, au toit ouvrant ? S'ils ont leur mot à dire, il y a bien plus de chances pour qu'ils partagent votre satisfaction le jour où vous aurez jeté votre dévolu sur un modèle.

Si tout ce qui précède est déjà bien assimilé et mis en pratique, bravo. Dans ce cas, c'est même vous qui devriez écrire ce livre, car moi, je ne me rappelle pas tout. Je n'ai cependant pas oublié combien il est important que les enfants sentent que leur avis compte et qu'ils font partie de la famille. Et puis, en vérité, quand ils savent de quoi il retourne, ils peuvent parfois vous être vraiment utiles (il convient évidemment de savoir faire le tri entre les bonnes et les mauvaises suggestions qu'ils peuvent vous donner).

Quand vous installez votre petit enfant dans la voiture, lui dites-vous toujours où vous allez ? C'est peut-être évident pour vous, mais pas pour lui.

Loi n° 29

Fixez des objectifs clairs

Voici maintenant une Loi que j'ai tirée de mon expérience dans les entreprises. Un bon patron sait fixer et poursuivre des objectifs précis. Comment réagir quand votre supérieur hiérarchique vous demande de « faire plus de chiffre »? C'est démoralisant, car vous ne savez même pas si les dix pourcent de chiffre d'affaires supplémentaires que vous venez de réaliser le satisferont ou non. Vous pouvez d'ailleurs vous imaginer qu'il n'en sait rien lui-même, autrement il vous aurait dit par exemple « Faites dix pourcent de plus »!

Nous reconnaissons tous l'avantage d'avoir des objectifs clairs. C'est ce qui nous permet de savoir ce que l'on attend de nous, et nous avons l'impression que notre patron se soucie réellement de notre travail. Mais alors, pourquoi dire à nos enfants « range ta chambre », « il faut que tu nettoies plus souvent la cage du lapin » ou « ne reste pas si longtemps devant ton ordinateur »?

Quelle est la formule la plus convaincante, « ne reste pas si longtemps devant ton ordinateur » ou « tu peux passer deux heures par jour devant l'ordinateur »? Laquelle laisse entendre que vous ne vous en souciez qu'à moitié, et laquelle est plus facile à comprendre pour votre enfant?

Parfois, nous sommes trop négligents, mais parfois aussi, nous nous demandons sans cesse si notre enfant comprend ce que nous voulons lui dire. Une remarque comme « il faut que tu nettoies plus souvent la cage du lapin » peut vous sembler très explicite, mais elle n'indique

pas ce que vous voulez vraiment. Faut-il nettoyer la cage une fois par semaine, une fois par mois ? Ou bien, faut-il donner au lapin de la paille fraîche deux fois par semaine et changer la sciure toutes les quinzaines ? Il faut que vous soyez précis dans votre demande, si vous voulez que vos enfants aient envie de vous écouter, qu'ils aient l'impression que vous vous préoccupez vraiment de ce qu'ils font, et, plus important encore, qu'ils fassent bien ce que vous attendez d'eux.

Cette Loi s'est imposée à moi il y a quelques années, alors que je demandais à une de mes filles de ranger sa chambre. Un peu plus tard, en montant à l'étage, j'avais constaté qu'il régnait dans sa chambre pratiquement le même désordre qu'auparavant. Comme j'allais la punir, elle m'avait répondu d'un air outragé: « Mais je l'ai rangée! Regarde! » Elle avait enlevé tout ce qui traînait par terre… et c'était tout. Mais elle croyait sincèrement que c'était là tout ce que je lui demandais. C'est alors que j'ai compris que c'était de ma faute. Non seulement je n'avais pas su obtenir le résultat que je voulais, mais en plus, j'étais injuste envers elle.

> Si votre enfant comprend ce que vous lui demandez, il sera plus à même de réussir la tâche qui lui est confiée.

Loi n° 30

Ne soyez pas casse-pieds

J'ai lu récemment quelque chose de très intéressant, à propos d'une enquête sur les gens grognons et acariâtres (je me demande quelles difficultés ils ont dû avoir quand ils ont interrogé leur échantillon de personnes). Cette enquête a montré qu'une personne était plus susceptible de s'acquitter d'une tâche lorsqu'on évitait de la harceler pour qu'elle s'y consacre.

Si vous ne harcelez pas vos enfants, comment vous y prenez-vous pour vous faire obéir ? La colère est mauvaise conseillère et elle ne dispose pas votre interlocuteur en votre faveur. Les parents qui tarabustent leurs enfants ont même tendance à critiquer *ce qu'ils sont* et non pas simplement *ce qu'ils font*. On peut dire à son enfant « tu n'as pas fermé la porte », mais pas « tu ne fermes jamais la porte », et encore moins « tu ne penses jamais aux autres » ou « tu n'es qu'un maladroit », car ce serait critiquer son caractère même. Ce genre de critique ne donne pas de bons résultats, bien au contraire.

Pourtant, vous n'avez nul besoin de prendre un ton irrité ni de recourir à la critique. Il vous suffit de formuler votre demande avec assurance et fermeté et de faire savoir clairement à votre enfant ce qui se produira s'il n'obéit pas : « Fais tes devoirs tout de suite. Si tes devoirs ne sont pas terminés à six heures, je serai obligé d'éteindre l'ordinateur, jusqu'à ce que tu aies terminé. » Ensuite, attendez qu'il soit six heures et, si nécessaire, éteignez l'ordinateur. Si vous utilisez cette méthode, vos enfants comprendront vite que vous êtes sérieux.

Un jour, j'étais invité à déjeuner chez une amie, et la table de la cuisine, autour de laquelle nous allions prendre le repas, était couverte de jouets, de briques de Lego, de dessins, de cartes à jouer, de sucreries, de papiers de bonbons et de tout ce que l'on peut imaginer. Je me suis proposé (non sans quelque agacement) pour la débarrasser. « Oh, non, m'a répondu mon hôte, ce n'est pas la peine. Les enfants vont le faire. » Je me suis demandé comment diable elle allait s'y prendre pour obtenir que ses enfants débarrassent la table à temps, alors que les légumes étaient presque cuits. Mon amie s'est écriée sur le ton le plus joyeux: « Tout ce qui sera encore sur la table de la cuisine dans dix minutes ira à la poubelle! » Habitués à ce genre d'avertissement – et sachant par expérience qu'ils avaient intérêt à le prendre au mot – les enfants ont tous déboulé instantanément, et cinq minutes plus tard la table était prête pour le déjeuner. Mon amie n'avait pas eu besoin d'insister ni de hausser le ton : il lui suffisait de lancer un avertissement une seule fois, en veillant à ce que ses enfants sachent pertinemment ce qui se passerait s'ils l'ignoraient.

Un mot encore sur ce sujet. Les enfants traversent une phase, qui dure plusieurs années, pendant laquelle ils sont capables d'accomplir certaines tâches mais sans que l'on puisse attendre d'eux qu'ils en assimilent la nécessité. Par conséquent, au lieu de vous fâcher parce que votre fils a oublié une fois de plus de donner à manger au hamster, mieux vaut considérer que c'est à lui de le faire mais que c'est à vous de le lui rappeler. Il ne vous reste plus qu'à trouver, à votre tour, quelqu'un qui se chargera de vous y faire penser.

> Vous n'avez nul besoin de prendre
> un ton irrité ni de recourir à la critique.

Les Lois concernant la discipline

Je ne sais pas ce que vous en pensez, mais moi, je n'aime guère le mot « discipline ». Pour moi, la discipline, ce sont les reproches, les punitions, voire même les coups.

La discipline est pourtant essentielle dans l'éducation des enfants. Il est bien plus facile de tenir son rôle de parent quand on sait faire régner la discipline et, en même temps, c'est aussi ce qui permet à l'enfant de tenir bien plus facilement son rôle d'enfant. Oui, une bonne discipline est très profitable à vos enfants. Nous avons déjà vu l'importance qu'il y a à leur fixer des limites (Loi n° 24), et la discipline consiste précisément à faire respecter ces limites. Quand la discipline est au point, il n'est normalement jamais nécessaire de recourir aux reproches, aux punitions ni aux coups. Et c'est là que tout le monde est content.

Loi n° 31

Présentez un front uni

Si votre supérieur hiérarchique refusait votre demande de vous accorder un jour de congé supplémentaire, vous seriez sans doute déçu, mais vous vous feriez une raison. Ce n'est pas comme s'il s'agissait d'un dû. Maintenant, supposons que vous en ayez ensuite fait la demande au directeur dont dépend votre supérieur direct, et qu'il vous l'accorde sans hésiter. Dans quelle situation vous retrouveriez-vous?

Vous ne sauriez pas très bien quoi faire, mais ce dont vous seriez sûr, c'est que l'avis de votre supérieur hiérarchique direct n'a pas beaucoup d'importance. Vous sauriez aussi qui aller voir au prochain refus de la part de ce dernier. Vous pourriez même ignorer votre supérieur et aller voir directement le grand chef. Votre supérieur vous en voudrait probablement, ainsi qu'au directeur et, surtout, il comprendrait que vous n'avez plus de considération pour lui. Lui-même ne respecterait plus son supérieur.

Au contraire, si votre directeur règle sa décision sur celle de votre supérieur direct, la situation est bien plus simple et plus saine.

De même, un manque de cohérence entre les deux parents, en matière de discipline, ne peut qu'engendrer la confusion, la frustration et l'absence de respect.

Il faut que vous compreniez bien qu'en sapant l'autorité de votre conjoint, vous ne rendriez pas service à votre enfant. Vous pourriez penser que, ainsi, votre enfant vous aimerait davantage (reconnaissez

que c'est bien l'effet recherché) mais, en réalité, vous le mettriez dans une situation déstabilisante et il ne pourrait plus respecter aucun de ses deux parents ni croire à la permanence de ces limites si importantes.

Si vous êtes un parent unique, ce problème vous concerne tout de même. Le même principe s'applique chaque fois qu'une autre personne partage avec vous la responsabilité de votre enfant, qu'il s'agisse de vos parents, de la nounou ou de la baby-sitter.

Si vous voulez que votre enfant se sente en sécurité, vous devez présenter un front uni. Cela implique que vous partagiez aussi le rôle difficile qui consiste à faire la police. Cela en vaut la peine : votre enfant sera plus heureux, il saura où sont les limites à ne pas franchir et il vous respectera (et vous aimera) l'un et l'autre.

Bien entendu, vous n'êtes pas obligés de vous mettre d'accord à l'avance sur toutes les règles imaginables, même la plus insignifiante. Il suffit que chacun s'abstienne de désavouer l'autre : « Si Papa a dit non, alors c'est non. » Abstraction faite des éléments essentiels sur lesquels vous vous serez mis d'accord à l'avance (Loi n° 12), le fait que vous vous montriez d'accord tous les deux importe davantage que ce sur quoi vous êtes d'accord.

Le fait que vous vous montriez d'accord
tous les deux importe davantage que
ce sur quoi vous êtes d'accord.

Loi n° 32

La carotte vaut mieux que le bâton

Comment réagissiez-vous, quand vous étiez enfant ? Rappelez-vous, faites un effort. Quelle méthode réussissait le mieux avec vous, la promesse d'une récompense si votre prochaine dictée ne comportait pas plus de deux fautes, ou l'annonce d'une punition si elle en comportait plus de deux ?

Moi, j'aurais eu de bonnes chances de bien réussir ma dictée dans les deux cas, mais la promesse d'une récompense m'aurait certainement incité à m'appliquer davantage encore. Vous aussi, probablement. D'après des études récentes, la carotte est plus efficace que le bâton lorsqu'il s'agit d'inciter les enfants à bien faire.

Il ne s'agit pas pour autant de récompenser vos enfants chaque fois qu'ils disent « s'il te plaît », ni de les payer pour qu'ils rangent leur chambre. Le plus souvent, le simple fait de savoir que vous avez remarqué leurs efforts et que vous les appréciez suffit à les contenter. Dites-leur « Ah ! J'aime cette façon de dire merci ! » ou « Ma parole, tu as rangé ta chambre avant même que je te le demande ! Formidable ! » ou encore « Merci d'avoir fait attention de ne pas me déranger ce matin ! ». Ils auront envie de renouveler cet effort afin de vous entendre à nouveau exprimer votre satisfaction. Il est très important qu'ils sachent que vous êtes conscient de leurs efforts : n'oubliez pas de le leur montrer, faute de quoi ils se décourageront vite (et ils vous réveilleront dimanche prochain à six heures du matin, par leurs cris et leurs chamailleries).

En ce qui concerne les grandes questions pratiques que vous abordez avec eux, il reste important de privilégier la carotte et non le bâton. Dites-leur que vous leur préparerez leur plat préféré s'ils se sont bien conduits au parc, ou promettez-leur un supplément de budget vêtements si leur chambre reste bien rangée pendant un mois.

Ce n'est pas que le bâton (au sens figuré, bien sûr) soit toujours à proscrire. Il le serait dans l'idéal. On doit le réserver aux graves écarts de conduite, mais même dans ces situations, il doit toujours être utilisé en même temps que la carotte. Vous pouvez, par exemple, dire à votre fils de quinze ans que s'il continue à rentrer si tard, il devra rester à la maison ce week-end, mais que s'il fait dorénavant l'effort un mois durant d'être de retour à l'heure convenue, vous lui accorderez quinze minutes de plus chaque soir.

Ici, une remarque s'impose (histoire de vous compliquer un peu la tâche). Attention à ne pas imposer à vos enfants une pression trop forte, en leur promettant des récompenses qu'ils risquent de ne pas obtenir. Si votre fils n'obtient pas sa mention au bac et si c'était la condition que vous aviez fixée pour lui offrir une voiture, ce sera pour lui une double punition.

> Il est très important qu'ils sachent
> que vous êtes conscient de leurs efforts :
> n'oubliez pas de le leur montrer.

Loi n° 33

Soyez cohérent

Quand j'étais enfant, il arrivait que je réponde à ma mère et que cela la fasse rire, qu'elle me dise qu'elle était contente de constater que j'avais de la personnalité. Pourtant, le lendemain, elle pouvait tout aussi bien réagir en m'administrant une gifle. Dans ce genre de situation comme dans bien d'autres, je n'avais aucun moyen de prévoir ses réactions. J'en étais donc réduit à devoir marcher sur des œufs.

Par suite, je ne pouvais pas distinguer ce qui m'était autorisé de ce qui m'était interdit : c'était comme si mon sort se décidait au moyen de quelque système secret de loterie auquel je n'aurais pas eu accès. Je pouvais donc difficilement régler ma conduite. À tout moment, soit j'étais en faute, soit je ne l'étais pas. De façon générale, j'acceptais d'en assumer le risque.

Pour vos enfants, le problème est le même. Ils ont besoin de savoir ce qui est acceptable et ce qui ne l'est pas, et ils se fondent pour cela sur ce qui était acceptable ou non hier et avant-hier. Si les signaux qu'ils reçoivent de vous ne sont pas cohérents, si les limites dont ils ont tant besoin (Loi n° 24) ne sont pas clairement fixées, ils n'ont aucun moyen de savoir comment ils doivent se conduire. Ils risquent alors de se sentir perdus et même de ne pas se sentir aimés.

Le plus dur, concernant cette Loi, c'est qu'elle vous interdit de tricher avec les autres Lois. Si vous avez décidé d'interdire à vos enfants de venir dormir dans votre lit, il faut vous y tenir (sauf si vous comptez

renoncer définitivement à cette règle). Votre plus jeune enfant a subi une forte contrariété aujourd'hui, il est si mignon, il se blottit contre vous, et vous ne vous sentez pas la force de résister ? Attention ! Ne cédez pas, car si vous décidiez de faire une exception, il deviendrait dix fois plus difficile pour vous de lui dire non la prochaine fois, et il ne comprendrait pas pourquoi. C'est maintenant qu'il faut dire non (avec douceur et tout en l'embrassant).

J'ai écrit précédemment « sauf si vous comptez renoncer définitivement à cette règle » : certes, il est toujours possible de changer les règles. Il se pourrait que soudainement, vous vous rendiez compte que la vie serait bien plus agréable si votre enfant dormait avec vous toutes les nuits, et que vous vous demandiez pourquoi vous vous étiez d'abord interdit ce plaisir. Vous pouvez toujours changer une règle (le mieux étant tout de même de vous concerter d'abord avec votre conjoint), mais ensuite, vous serez obligé de respecter la nouvelle règle pendant un temps prolongé. Vos enfants seraient tout aussi déboussolés si les règles changeaient tous les mois que si elles changeaient tous les jours. Combien de temps devrez-vous respecter la nouvelle règle fixée ? Peut-être pas un temps indéfini, mais au moins assez longtemps pour que vos enfants ne se souviennent pas qu'elle avait changé. Plus ils grandissent, et plus ce temps s'allonge.

> Le plus dur concernant cette Loi,
> c'est qu'elle vous interdit de tricher
> avec les autres Lois.

Loi n° 34

Détendez l'atmosphère

Quand j'étais adolescent, je me souviens d'un jour où j'avais participé à la préparation du repas familial (j'emploie le verbe « participer » au sens large). C'était en réalité ma mère qui préparait le repas, mais c'est moi qui avais sorti pour elle le paquet de pois congelés. Pour une raison que je ne saurais expliquer, alors que je tenais le sac de pois par un coin, j'avais, de l'autre main, coupé le sac à l'aide d'une paire de ciseaux, juste sous le coin que je tenais entre le pouce et l'index. Évidemment, le paquet était tombé et tout son contenu s'était répandu sur le sol. Il y avait des pois congelés sous le réfrigérateur, sous la cuisinière, sous la machine à laver et sous nos pieds.

Horrifié, j'avais tourné mon regard vers ma mère, qui était occupée tout à la fois à découper la viande, à arrêter le feu sous la sauce qui commençait à brûler et à surveiller la cuisson des légumes. J'attendais l'inévitable réprimande… mais ma mère avait éclaté de rire.

Eh bien, je n'ai jamais recommencé ce genre d'erreur (bon, je sais bien que certains sont capables de ne jamais la faire de toute leur vie). Ce que je veux dire, c'est que j'ai pu m'instruire de mon erreur sans que personne ne me dise rien.

Bien sûr, ce n'était qu'un accident, même si j'avais été stupide. Mais que faire quand vos enfants vous poussent à bout délibérément, ou vous répondent ? Même dans ces situations, vous pouvez trouver matière à cultiver la bonne humeur. En trouvant une plaisanterie appropriée ou

en taquinant gentiment vos enfants, il vous est généralement possible de les amener à renoncer à leur résolution de faire de vos cinq prochaines minutes un enfer. Ce que vous avez tous à y gagner, c'est un moment de bonne humeur et un renforcement des liens.

Je connais un livre d'enfants remarquable, *Would You Rather…* de John Birmingham. L'auteur demande aux enfants, par exemple, s'ils préféreraient être recouverts de confiture, trempés de la tête aux pieds ou traînés dans la boue par un chien (je vous le recommande – le livre, pas de vous faire traîner dans la boue par un chien). Mes plus jeunes enfants l'adorent et, parfois, quand ils commencent à mal se comporter, je parviens à enrayer le processus rien qu'en leur demandant « Qu'est-ce que vous préférez*, arrêter tout de suite, être renvoyés dans vos chambres pendant cinq minutes, ou recevoir des pincements cruels pendant trente secondes ? » Cela les fait bien rire, et les détourne de ce qu'ils commençaient à faire. Ils semblent apprécier que je les arrête sans leur donner d'injonction. Maintenant que j'y pense, je connais des adultes avec lesquels je devrais essayer aussi cette méthode.

Détendez l'atmosphère : vous passerez de bons moments, et les relations seront meilleures.

* Analogie avec les questions posées dans le livre de John Burmingham, qui commencent toutes par « Would You Rather… ».

Loi n° 35

Portez votre attention sur le problème, pas sur la personne

Je me souviens d'une pédagogue qui considérait comme essentielle la règle suivante: un enfant qui s'est mal conduit n'est pas un enfant méchant, mais un enfant gentil qui a fait quelque chose de méchant. À l'époque, nous nous étions moqués de ce qui nous apparaissait comme une démonstration risible de psychologie politiquement correcte. Nous n'avions manqué aucune occasion de répéter cette formule à des amis pour plaisanter.

Je suis un peu gêné de devoir reconnaître que, en réalité, cette dame avait parfaitement raison. Il ne faut pas nécessairement prendre cette phrase au premier degré ni en faire un absolu (« ce n'est pas un méchant ordinateur mais un gentil ordinateur qui a fait quelque chose de méchant ») mais l'idée est on ne peut plus juste.

Dire à un enfant qu'il est méchant, égoïste, paresseux, bête, grossier, violent, maladroit, etc., c'est lui coller une étiquette. Il risque d'y croire (et pourquoi n'y croirait-il pas, sachant que les enfants sont habitués à croire ce que nous leur disons?) et de cultiver le personnage ainsi défini. Il risque de se dire par exemple: « Cela ne servirait à rien que je fasse un effort, puisque de toute façon, je suis paresseux. » Bien sûr, ce processus ne sera pas conscient, du moins pas chez un jeune enfant, mais il n'en sera pas moins réel.

Ce que vous devez condamner, c'est le comportement de votre enfant, jamais l'enfant lui-même. Vous pouvez lui dire « c'est égoïste de faire

cela » ou « c'est très méchant de pousser ton frère » mais pas « tu es un égoïste » ni « tu es méchant ». Je ne dis pas que vous ne devez pas faire remarquer à votre conjoint, par exemple, que votre enfant est paresseux, encore que ce ne serait pas politiquement correct, mais vous ne devez surtout pas dire ce genre de chose en sa présence ni en présence de quiconque serait susceptible d'aller le lui répéter. Même si votre enfant, pour la troisième fois consécutive, quitte la table sans même avoir aidé à la débarrasser.

Il en est tout autrement des attributs positifs. Vous pouvez dire à votre enfant qu'il est futé, prudent, courageux, etc. Dans la mesure où cette remarque est pertinente (ne placez pas la barre trop haut en lui prêtant une qualité ou un niveau d'excellence auquel il ne pourrait pas prétendre), elle l'incitera à vous confirmer que cette qualité est bien la sienne.

Vous pouvez même, de temps à autre, utiliser ces attributs positifs pour obtenir que votre enfant se conduise mieux s'il a quelque peu démérité : « Je suis vraiment surpris de te voir te comporter de façon aussi grossière. Je reste persuadé que tu es quelqu'un de très poli. » Cela rassurera votre enfant de constater que vous n'avez pas renoncé à cette vision positive de sa personne. Dès lors, il saura qu'il n'est pas trop tard pour redevenir « poli ».

> Ce que vous devez condamner,
> c'est le comportement de votre enfant,
> jamais l'enfant lui-même.

Loi n° 36

Ne vous mettez pas dans une impasse

Concernant cette Loi, je ne suis pas du tout à la hauteur. C'est lié à mon côté spontané (il faut bien que j'aie une excuse). Je parle avant de réfléchir. Ainsi, il n'y a pas longtemps, j'ai prétendu interdire à mon fils de regarder la télévision pendant une année entière. C'était évidemment irréaliste, c'était hors de proportion avec la faute qu'il avait commise et ce n'était dans l'intérêt de personne. Après une telle bourde, comment pouvais-je me rattraper* ?

Heureusement, mon propos n'est pas de vous apprendre à me ressembler. Je me contente de vous transmettre ce que j'ai appris en observant d'autres parents, souvent plus accomplis que moi. Je connais mes lacunes et j'ai bien progressé (pour la télévision, j'ai encore des progrès à faire). D'ailleurs, comme vous le savez, les bons parents sont d'abord ceux qui savent qu'il leur reste beaucoup à apprendre et qui y travaillent sans relâche.

Le problème que pose la menace d'interdiction de regarder la télévision pendant un an, c'est qu'il est difficile de la mettre à exécution. Or, si votre enfant s'aperçoit que vos menaces n'étaient que du bluff, vous ne serez plus crédible à ses yeux.

J'avais un ami qui ne mettait pas ses menaces à exécution. Résultat, il n'avait plus aucun contrôle sur ses enfants. Un jour, il s'était décidé à

---

* Pour connaître la réponse, voir Loi n° 38.

suivre le conseil d'un ami avisé et à essayer une autre méthode. Comme ils étaient en vacances au bord de la mer, il avait dit à son fils : « Si tu n'arrêtes pas tout de suite, tu n'iras pas faire du surf demain. » Son fils s'était dit : « Bien sûr que si, j'en ferai demain, Papa ne fait jamais ce qu'il dit, et pour que je n'y aille pas, il faudrait que quelqu'un reste à la maison pour me surveiller. »

Ce qu'il ignorait, c'est que cette fois, son père était résolu à mettre sa menace à exécution. Il a continué, et son père s'est privé de surf le lendemain pour pouvoir lui montrer qu'il ne plaisantait pas. Non seulement le fils n'a pas pu faire de surf, mais il a passé la journée entière avec un père de très mauvaise humeur, qui s'était puni lui-même à cause de sa conduite. Naturellement, l'efficacité de la sanction a incité mon ami à continuer, par la suite, de mettre ses menaces à exécution.

Par conséquent, vous devez toujours mettre vos menaces à exécution. Ne vous mettez pas dans une impasse en proférant une menace qui ne pourrait pas avoir de suite. Réfléchissez avant de parler (note pour moi-même : ici, je dois faire un effort particulier).

> Si votre enfant s'aperçoit que vos menaces n'étaient que du bluff, vous ne serez plus crédible à ses yeux.

Loi n° 37

Celui qui se met en colère a perdu la partie

Nos enfants apprennent à se conduire en nous observant. En disant s'il vous plaît et merci, nous leur apprenons à le dire également. Si nous sommes polis avec autrui, ils le seront aussi. Si nous sniffons de la cocaïne avant le petit déjeuner, ils croiront que c'est quelque chose de normal. Si nos enfants nous voient nous mettre en colère quand quelque chose dans le comportement des autres nous contrarie, ils croiront que c'est ainsi qu'il faut réagir.

La plupart du temps, il nous est plutôt facile de donner le bon exemple à nos enfants. Cependant, quand vous êtes tendu, c'est justement le moment où votre exemple a le plus d'importance: quand la tâche est la plus difficile! Comment vous comportez-vous devant votre enfant? Savez-vous rester calme, éviter de hausser le ton, écouter ce qu'il a à vous dire? Dieu sait que ce n'est pas facile, mais c'est le seul moyen d'obtenir qu'il se conduise lui aussi de cette manière.

Dans la plupart des couples, pour une raison ou une autre, l'un des deux parents est plus enclin que l'autre à perdre patience avec les enfants. Si c'est votre cas, n'allez pas vous imaginer que vous n'êtes pas à la hauteur: votre comportement est tout ce qu'il y a de plus normal. Simplement, il faut que vous compreniez qu'à chaque fois que vous vous énervez devant vos enfants, vous leur montrez qu'on peut réagir ainsi et que c'est une réaction normale. Le résultat est que vous apparaissez comme le perdant. Par ailleurs, ce n'est pas leur rendre service pour leur avenir relationnel que leur apprendre qu'on peut

obtenir ce que l'on veut en criant et que c'est là la manière habituelle de résoudre un conflit.

Le même principe s'applique aux fessées et aux gifles. Quoi que vous en pensiez, ce n'est pas une méthode efficace. En frappant vos enfants, vous leur transmettez un message selon lequel frapper serait, au moins dans certains cas, le moyen d'obtenir satisfaction. Si vous le faites sur le coup de l'énervement, vous leur indiquez que vous avez perdu le contrôle de vous-même. C'est assez traumatisant pour des enfants, et cela leur indique aussi qu'il est normal de perdre le contrôle de soi-même et d'être agressif. Si vous le faites de sang-froid, cela leur indique que vous y avez réfléchi et que vous en êtes arrivé à considérer qu'une démonstration d'agressivité était la bonne réaction à avoir.

Un parent qui frappe souvent ses enfants leur cause des dégâts au plan émotionnel et risque d'en faire des brutes. Si vous n'avez pas l'habitude de les frapper, à quoi bon le faire, même exceptionnellement ? Si vous commencez, quand arrêterez-vous ? Si vous pensez que votre enfant a besoin d'être tapé, c'est que cet enfant, au contraire, ne devrait jamais être tapé. De bons parents n'ont pas besoin de frapper leurs enfants.

Que faire, par conséquent, si vous sentez la colère monter en vous et s'il vous vient une envie d'exploser ? Apprenez à reconnaître les signes le plus tôt possible, tant que vous avez encore la possibilité de choisir une réaction différente. À défaut, fuyez. Sortez-vous de cette situation jusqu'à ce que vous soyez en mesure d'y faire face. Si vos enfants sont en bas âge, veillez à leur sécurité (si nécessaire, confiez-les à quelqu'un) puis retirez-vous – à une distance suffisante pour ne pas être entendu d'eux – jusqu'à ce que vous ayez retrouvé votre sérénité et vous sentiez à nouveau assez sûr de vous pour pouvoir rejoindre la mêlée. Entre-temps, peut-être vos enfants se seront-ils eux-mêmes calmés.

> De bons parents n'ont pas besoin de frapper leurs enfants.

Loi n° 38

Si vous avez tort, reconnaissez-le et excusez-vous

Une chose qui devrait à présent apparaître clairement dans votre esprit* est que notre propre comportement constitue le principal modèle sur lequel nos enfants calquent le leur. Nous avons vu que si vous ne vouliez pas les voir s'énerver, vous ne deviez pas vous énerver vous-même, et que si vous vouliez qu'ils disent s'il vous plaît et merci, vous deviez vous montrer vous-même poli. Nous allons voir ici un autre exemple avec lequel, curieusement, de nombreux parents semblent avoir des difficultés.

Vous pensez peut-être qu'en reconnaissant vos torts devant vos enfants, vous risqueriez de saper la confiance qu'ils placent dans votre toute-puissance ; que s'ils vous voient vous excuser, ils se rendront compte que vous n'êtes pas parfait et que vous n'avez pas toujours raison. Dans ce cas, sachez qu'ils s'en rendront compte de toute façon, ce n'est qu'une question de temps. Vous n'avez donc pas besoin de leur cacher que vous n'êtes pas Dieu et qu'il vous arrive de vous tromper.

N'hésitez pas à vous excuser quand vous vous êtes trompé, et vos enfants sauront qu'on ne se rabaisse pas en reconnaissant ses torts. Ils comprendront que tout le monde fait des erreurs et que cela n'a rien de honteux. Il s'agit en effet de reconnaître ses torts et de chercher à les réparer, mais pas d'en avoir honte. Il faut que vos enfants s'excusent

* En supposant que vous lisez ce livre dans l'ordre, et non en commençant ici.

naturellement dès qu'ils se rendent compte qu'ils ont blessé, offensé ou dérangé quelqu'un.

Certains adultes ne savent pas reconnaître leurs torts. Si c'est votre cas, il faut que vous résolviez ce problème tout de suite, avant que vos enfants aient pris le même pli*. Être parent est une excellente occasion de corriger ses propres défauts afin d'éviter de les transmettre à la génération suivante.

À propos de la Loi n° 36, j'ai mentionné cette erreur que j'avais faite de prétendre interdire à mon fils la télévision pendant un an. La seule façon pour moi de me rattraper consistait à lui dire sans détour : « Je suis désolé, j'ai fait une erreur. Je me suis mis en colère, ce que je n'aurais jamais dû faire, et c'est ainsi que j'ai formulé cette menace absurde. Ce que j'aurais dû te dire, c'est que tu serais privé de télévision pendant une semaine par exemple, et comme tu as continué de me manquer de respect, c'est ce qui va se passer en réalité. » C'est ce que je lui ai dit. C'était peut-être un peu humiliant pour moi, mais il fallait bien que j'assume mon erreur.

Il faut que vos enfants
s'excusent naturellement.

* Je me rends compte que par définition, si c'est votre cas, vous vous refuserez à l'admettre. J'espère seulement que vous êtes assez ouvert pour commencer à progresser. Faites cet effort, vous en êtes capable !

Loi n° 39

Laissez votre enfant revenir vers vous

Supposons que vous ayez eu une mésentente avec votre enfant. Vous avez plus ou moins bien géré cette mésentente (personne n'est parfait), mais comme vous êtes un parent responsable, vous n'avez sûrement pas commis de faute grave. Votre enfant a cependant eu une véritable crise et vous avez dû le renvoyer dans sa chambre.

Qu'allez-vous faire à présent ? Une chose très importante, dont j'ai fait une Loi car j'ai vu des parents agir en dépit du bon sens dans ce genre de situation. L'enfant revient contrit, peut-être même demande-t-il pardon, mais ses parents continuent de lui reprocher sa conduite. Au premier incident, l'enfant est sur la défensive, il se dispute à nouveau avec ses parents et il est à nouveau puni. Ou bien, ses parents cessent de lui adresser la parole pendant un certain temps, et il va bouder.

Dans un cas comme dans l'autre, les parents ne permettent pas à l'enfant d'échapper aux mauvais sentiments dont il essayait de se débarrasser. J'ai entendu récemment un parent répondre à son enfant qui s'excusait, que l'important n'était pas de s'excuser mais de ne pas recommencer. C'est tout à fait vrai, bien sûr, mais le moment était malvenu pour le dire. Le pauvre enfant a eu l'impression qu'on ne lui pardonnait pas sa faute, et j'ai vu son visage se renfrogner.

Pour votre enfant, le plus important est de savoir que vous l'aimez toujours. Il faut aussi qu'il sache qu'on peut très bien s'excuser, s'amender, décider de changer d'attitude. Si vous continuez d'être

fâché, pourquoi irait-il s'efforcer de changer ? Une fois l'incident terminé, montrez-lui donc que vous l'aimez et qu'il peut à nouveau profiter de votre affection. Montrez-lui aussi que vous appréciez le fait qu'il vous présente des excuses et sa capacité de reconnaître qu'il est responsable (au moins en partie) de l'incident.

Naturellement, vous éprouverez le besoin d'avoir une discussion avec votre enfant, soit sur l'objet de la dispute, soit sur la façon dont il a vécu l'incident. Ne le faites cependant pas immédiatement. Attendez que la confiance soit revenue. Avec des enfants plus grands, vous pourrez considérer qu'il faut différer la discussion, attendre un moment plus propice. Évitez de revenir sur ce sujet en présence d'un tiers non impliqué, qu'il s'agisse d'un membre de la famille ou d'un ami.

Si vous faites partie des gens qui ont tendance à revenir encore et encore sur un sujet, résistez à la tentation, à moins que ce ne soit vraiment nécessaire. Cela vaut surtout avec des adolescents. La plupart du temps, votre enfant sait pertinemment qu'il s'est mal conduit, et pour lui, y revenir n'est pas quelque chose d'agréable. Insister à chaque incident ne peut que l'agacer. Si vous avez besoin de faire le point et de résoudre le problème qui s'est posé, attendez d'être tous deux dans de meilleures dispositions.

Pour votre enfant, le plus important est
de savoir que vous l'aimez toujours.

Loi n° 40

Votre enfant a le droit de s'exprimer

Vous trouvez sans doute plus agréables les moments où vos enfants se tiennent tranquilles, où il n'y a ni disputes, ni cris, ni pleurs. Vous avez bien raison, mais un enfant ne peut pas être continuellement tranquille. Il éprouve des émotions violentes et il a besoin de les manifester. Quand il est en colère, il faut qu'il puisse le montrer. Votre rôle est de lui apprendre non pas à dissimuler ses sentiments, mais à les manifester d'une façon acceptable.

J'ai connu des familles dans lesquelles on réprimandait les enfants lorsqu'ils étaient de mauvaise humeur. Bien sûr, un enfant doit apprendre à exprimer sa colère autrement que par l'agressivité, la violence et la menace, mais il faut tout de même qu'il ait la possibilité d'être en colère et de le montrer, d'autant que sa colère sera parfois justifiée. Il faut que votre réaction reflète le message suivant: « Je comprends tout à fait que tu ne sois pas content et je sais pourquoi, mais ce n'est tout de même pas une raison pour importuner ta sœur. »

Un enfant qui n'a pas la possibilité d'exprimer ses sentiments sera incapable de s'en défaire: même adulte, il continuera d'en souffrir. Il ne pourra faire autrement que les refouler, ce qui risque de lui occasionner des problèmes d'ordre émotionnel, psychologique et même physique. Pire, à l'âge adulte, il sera incapable d'exprimer ce qu'il ressent, et cela risque de nuire à sa vie relationnelle et plus particulièrement à sa vie sentimentale.

Une personne qui a grandi à l'abri de toute dispute aura des difficultés à comprendre que le mécontentement de son interlocuteur peut très bien cesser comme il est venu. Si l'on abuse d'elle, elle n'osera pas discuter. Elle aura tendance à garder le silence sur ses problèmes au lieu de les résoudre, à accumuler le ressentiment, à réprimer ses sentiments, et l'on sait que tout cela n'est pas sain.

Je n'oublie pas que nous sommes dans la partie de ce livre consacrée à la discipline, mais à propos de l'expression des sentiments, je voudrais rappeler qu'il est important pour un enfant de pleurer et de crier. Pour un adulte aussi, d'ailleurs. Rares sont les parents qui interdisent à leurs enfants de pleurer, mais j'en ai vu qui leur disaient « Tu n'es plus un bébé » ou « Allons, ce n'est pas si grave ». Or, à l'évidence, pour eux, c'est grave : sinon, pleureraient-ils ? À l'école, ils apprendront bien assez tôt à ne pas pleurer de façon intempestive, vous n'avez donc pas d'inquiétude à avoir à ce sujet. Il y a longtemps déjà, j'avais appris d'un ami que la bonne réaction à des pleurs (qu'il s'agisse d'un enfant ou d'un adulte) ne consiste pas à dire « ne pleure plus » mais au contraire « c'est ça, pleure un bon coup ».

> Un enfant qui n'a pas la possibilité d'exprimer ses sentiments sera incapable de s'en défaire.

Les Lois concernant la personnalité

Les enfants sont tous différents. Deux frères ou deux sœurs auront beau avoir les mêmes parents, grandir au sein du même foyer, aller à la même école et passer leurs vacances ensemble, ils auront des personnalités très différentes, comme leurs parents pourront vous le confirmer. Ce n'est pas sans implications dans l'éducation que vous allez donner à votre progéniture. Il ne s'agit pas d'essayer de faire rentrer vos enfants dans un moule, mais de leur permettre de développer leur individualité. Comment allez-vous mettre ce principe en application ? Les pages qui suivent vous l'expliquent. Respectez les Lois que je vous présente dans cette partie, afin de donner à vos enfants la possibilité de s'épanouir, c'est-à-dire de devenir des personnes indépendantes d'esprit et pleines d'assurance.

Loi n° 41

Trouvez quelles formes d'incitation réussissent avec votre enfant

Un de mes enfants est toujours prêt à faire tout ce que je peux souhaiter, à partir du moment où il pense qu'il me décevrait en ne le faisant pas. Il veut désespérément plaire et c'est bien pratique pour moi, sauf que, avec lui, je dois faire très attention à éviter tout chantage affectif*. Ensuite, il ne faut pas que j'oublie de lui dire combien je suis content, impressionné, réjoui ou touché de ce qu'il vient de faire.

J'ai un autre enfant qui se soucie comme d'une guigne de mes réactions, mais qui tient beaucoup à ce qu'on le considère comme un grand garçon. C'est donc ce trait de son caractère que j'exploite pour le motiver.

Chacun de mes enfants est motivé par quelque chose de différent, et ce n'est pas nécessairement ce qui me motiverait moi-même (il me semble cependant que le chocolat est d'une efficacité quasi universelle, mais en vertu de la Loi n° 27, nous ne devons pas stimuler nos enfants par des sucreries). Certaines de ces motivations sont d'ordre émotionnel : on recherche l'approbation, on veut plaire, on veut être considéré comme un « grand ». D'autres concernent plutôt des objectifs précis : avoir davantage de responsabilités, un statut, de l'argent, plus de liberté. En d'autres termes, vous pouvez récompenser votre enfant en lui permettant de préparer le repas familial, en lui achetant

---

* Je m'aperçois que j'ai omis la Loi « N'exercez pas sur votre enfant un chantage affectif ». Faites-en la Loi n° 41½ et essayez de trouver vous-même pourquoi elle est si importante.

les vêtements avec lesquels il pourra espérer obtenir une meilleure considération de la part de ses copains ou en l'autorisant à veiller plus longtemps le soir.

En un mot, vous ne pouvez pas employer les mêmes recettes avec chacun de vos enfants. Le résultat ne serait satisfaisant ni pour vous, ni pour eux. Il vous faut réfléchir à ce qui motiverait votre enfant et trouver un moyen d'utiliser ce facteur de motivation. La récompense appropriée changera à mesure que l'enfant grandira, mais si votre enfant a particulièrement besoin de liberté à l'âge de deux ans, il en sera probablement de même à l'adolescence. Certes, lui permettre de monter l'escalier sans que vous lui teniez la main ne sera plus pour lui quelque chose de très motivant.

Par ailleurs, s'il vous arrive quelquefois de vous sentir obligé de recourir au bâton plutôt qu'à la carotte, la menace devra aussi être différente selon la personnalité de l'enfant. Il se pourra que la privation d'argent de poche soit sans effet sur un de vos enfants, tandis que ce sera pour l'autre un véritable traumatisme. Fondamentalement, vous jouerez sur les mêmes ressorts : la liberté, l'argent, le statut, la reconnaissance.

Par conséquent, ne vous imaginez pas que vos enfants se ressemblent ou qu'ils vous ressemblent. Il faut parfois longtemps pour trouver le facteur de motivation efficace, mais si vous cherchez, vous trouverez.

> Vous ne pouvez pas employer les mêmes recettes avec chacun de vos enfants.

Loi n° 42

Il faut que chaque enfant sache qu'il excelle dans quelque chose

J'ai un cousin qui souffre de graves difficultés d'apprentissage et d'un défaut de coordination des mouvements. Il lui est donc très difficile de pratiquer un art ou un sport. Pendant longtemps, on ne pouvait franchement pas imaginer une activité dans laquelle il serait bon. Son frère était un musicien de talent et un grand mélomane, et, peu à peu, il est apparu que même si Dan ne pouvait pas jouer d'un instrument, il n'en était pas moins capable d'aimer la musique. Il suffisait de lui faire entendre les deux premières mesures d'un morceau pour qu'il chantonne la mélodie. En réalité, c'est là qu'il était brillant : pour reconnaître une musique et la chanter en en ayant entendu seulement le tout début, il était imbattable.

La plupart des enfants ont davantage de chance, mais cet exemple montre que même un enfant lourdement handicapé peut être bon dans quelque chose. Votre enfant a besoin de savoir qu'il est bon quelque part. C'est une question d'estime de soi. Si vous voulez que votre enfant, plus tard, ait le sentiment qu'il peut contribuer d'une façon ou d'une autre à la marche du monde et si vous voulez qu'il garde la tête haute, voilà par où commencer. Avec le temps, il prendra de l'assurance et trouvera d'autres domaines dans lesquels il pourra se montrer brillant. Certains enfants excellent dans de nombreux domaines, d'autres dans une ou deux activités auxquelles ils attachent

une importance particulière. Votre rôle est de chercher dans quoi votre enfant pourra exceller et de faire en sorte qu'il puisse le savoir.

Il ne s'agit pas nécessairement d'une discipline enseignée à l'école ou ailleurs (musique, art, sport, etc.). Votre enfant peut exceller dans l'utilisation de sa mémoire et vous éviter des oublis lors de vos achats, ou bien il peut manifester un talent particulier pour ranger les livres, les CD, les DVD. Ce peut être aussi un talent culinaire, ou bien une façon de savoir s'occuper des animaux. Laissez-lui simplement la possibilité de découvrir dans quel domaine il pourrait exceller, et – ce qui est presque plus important encore – montrez-lui que vous avez bien conscience qu'il excelle.

Au passage, j'aimerais vous signaler un autre fait plus important encore. En général, dans un certain nombre de domaines, l'aîné reste pendant un certain temps meilleur que ses cadets. Si vous avez plusieurs enfants, il sera plus difficile aux plus jeunes de montrer leur talent (je sais de quoi je parle car dans ma famille, j'étais le cinquième). Veillez à ce qu'ils puissent trouver, eux aussi, leur propre créneau.

> Cherchez dans quoi votre enfant pourrait exceller… il ne s'agit pas nécessairement d'une discipline enseignée à l'école ou ailleurs.

Loi n° 43

Apprenez à apprécier les qualités qui vous rappellent quelqu'un d'autre

Quand ma fille était plus jeune, elle me faisait penser à ses deux grands-mères. Maintenant, sans vouloir dire du mal de quiconque, si j'avais eu la possibilité de choisir, ce n'est pas ce choix que j'aurais fait en matière de ressemblance (en tout cas, pas la fusion des deux). En grandissant, elle m'a rappelé davantage encore ses deux grands-mères. Certes, elle avait aussi hérité de certaines de leurs qualités, mais ce n'est pas vraiment ce qui attirait mon attention. Ce qui me sautait aux yeux, c'étaient toujours les défauts.

Elle n'en était pas moins ma fille, et je l'aimais comme un père peut aimer sa fille. J'ai donc appris à aimer chez elle ce qui m'était désagréable au début. Ce n'est pas facile, mais c'est nécessaire car on ne peut pas reprocher à son enfant son héritage génétique. Finalement, ses deux grands-mères ne m'en sont devenues que plus sympathiques.

Le plus difficile, c'est d'apprendre à aimer chez votre enfant ce qui, chez lui, vous rappelle votre ancien conjoint : c'est ce qui se produit inévitablement lorsque vous êtes divorcé ou séparé. Même un côté que vous détestiez chez son autre parent, vous devez apprendre à l'aimer chez votre enfant.

Ce problème est assez ardu et je n'ai pas toutes les réponses mais, pour ma part, j'en suis arrivé à la conclusion qu'il n'existe pas de défaut

dans l'absolu : tout dépend de la façon dont les gens exploitent leurs caractéristiques innées. J'ai connu une petite fille qui a toujours été particulièrement têtue et obstinée. Devenue adulte, elle a milité pour de grandes causes. Il faut d'ailleurs avoir un caractère particulièrement fort pour pouvoir essayer d'obtenir d'importantes réformes face à des hommes politiques apparemment insouciants. En même temps, elle s'est assagie et elle est devenue une jeune femme charmante. Un caractère obstiné, est-ce un défaut ? Pas dans le cas de cette personne.

Ce n'est pas parce qu'un trait de sa personnalité vous rappelle sa mère, votre père ou votre belle-mère que ce trait évoluera de la même manière chez votre enfant. Vous n'avez donc pas à le regretter. Transmettez plutôt à votre enfant les valeurs qui lui permettront d'exploiter de la meilleure manière ce que la nature lui a donné.

Il n'existe pas de défaut dans l'absolu.

Loi n° 44

Recherchez les ressemblances entre votre enfant et vous

Si vous trouvez que votre enfant vous ressemble, tâchez de ne pas oublier qu'il ne pense pas pour autant comme vous.

Dans d'autres cas, c'est le contraire : vous vous demandez ce que votre enfant pourrait bien avoir hérité de vous. Il vous semble que vous n'avez rien en commun, et rien, apparemment, ne vous permet de comprendre comment il raisonne. La façon dont il se comporte vous semble en contradiction totale avec vos principes et votre manière d'être. Vous vous demandez, par exemple, comment il se peut qu'il réagisse à vos emportements non en vous répondant, mais en fondant en larmes. Ou bien, vous ne comprenez pas qu'il puisse être attiré par les limaces et par les araignées, qui vous font horreur.

Bien sûr, vous n'auriez aucune raison de ne pas aimer et admirer cet enfant tout autant qu'un autre, mais il se peut que, parfois, vous vous sentiez comme un observateur extérieur et que vous trouviez difficile de partager des jeux qui n'ont aucun sens pour vous. Une distance risque de se créer entre votre enfant et vous, accentuée par une plus grande proximité entre l'enfant et son autre parent.

Je sais ce que c'est, je suis passé par là. Votre enfant a pourtant bien hérité de vous la moitié de ses gènes. Il doit donc nécessairement avoir quelques traits dans lesquels vous pouvez vous reconnaître : à vous de les identifier, faute de quoi votre enfant risque d'avoir l'impression que vous ne l'aimez pas. S'il a un frère ou une sœur, il risque de se

dire inconsciemment que vous êtes plus proche de son frère ou de sa sœur que de lui, et si, de surcroît, vous n'êtes pas du même sexe, cela peut être particulièrement pénible pour lui.

Tout parent adoptif pourra vous confirmer l'importance de ce problème. Souvent, ceux qui ont adopté des enfants se rendent compte qu'ils doivent redoubler d'efforts pour se trouver des affinités avec eux. Cependant, certains d'entre nous éprouvent le sentiment d'une différence tout aussi grande avec leurs enfants biologiques et ont besoin de faire autant d'efforts pour y remédier.

Par conséquent, cherchez ces ressemblances jusqu'à ce que vous les ayez trouvées. Les enfants changent, naturellement, et un enfant auquel vous aviez du mal à vous identifier finit par vous ressembler bien davantage en grandissant. Cependant, vous ne pouvez pas compter sur ce facteur. Trouvez-vous des centres d'intérêt communs, des livres que vous puissiez aimer l'un et l'autre, ou bien demandez à vos parents quelles ressemblances ils perçoivent entre vous et votre enfant. Faites tous les efforts possibles pour trouver du temps à passer ensemble. Il est possible que vous ayez des goûts communs même si sa personnalité vous paraît infiniment éloignée de la vôtre.

Si vous faites ces efforts, votre enfant aura l'impression que vous l'aimez, qu'il compte pour vous, et c'est là le plus important. Enfin, sachez que c'est souvent des enfants qui nous ressemblent le moins que l'on a le plus à apprendre.

> Votre enfant a hérité de vous la moitié de ses gènes, il doit donc nécessairement avoir quelques traits dans lesquels vous pouvez vous reconnaître.

Loi n° 45

Trouvez des qualités à admirer chez vos enfants

La vie ne vaut d'être vécue que dans la mesure où l'on continue d'apprendre, et une des choses les plus remarquables, chez les enfants, est qu'ils ont beaucoup à vous apprendre.

Si vos enfants étaient votre copie conforme, la vie serait bien ennuyeuse. De toute façon, ne vous attendez pas à ce qu'ils soient à votre image, car il n'y a aucune chance pour que ce soit le cas. Ne vous attendez pas non plus à ce qu'ils partagent vos préférences. Vous aimez le tennis ? Ils ne s'intéresseront qu'au football. Vous aimez être bien habillé ? Ils préféreront porter des jeans crasseux en toutes circonstances. C'est ainsi que cela fonctionne. Vos enfants sont programmés pour se séparer de vous de plus en plus. De façon inévitable, ils prendront des décisions contraires aux vôtres et s'orienteront vers des occupations différentes des vôtres.

Sachez tirer parti de ce principe naturel et apprécier tout ce que vos enfants, de par ces différences, pourront vous apprendre. Vos enfants pourront vous faire découvrir des choses dont vous n'aviez jamais entendu parler et vous initier à certaines techniques (songez notamment aux nouvelles technologies). Mieux encore, ils pourront faire face à certaines situations avec bien plus de facilité que vous.

Chez tout enfant, il y a beaucoup à admirer et, aux yeux de vos enfants, votre admiration a plus d'importance que celle de pratiquement n'importe qui d'autre (même s'ils ne le reconnaissent pas).

Un de mes enfants n'a pas peur de dire ouvertement à tout le monde ce qu'il pense, sans se soucier des réactions. Cela me paraît tout à fait naturel, mais sa mère, qui a toujours manqué d'assurance et qui a toujours éprouvé le besoin de plaire, même à des gens qui ne comptent pas pour elle, est en admiration devant lui (curieusement, elle n'a pas autant d'admiration pour moi quand je fais de même).

Un autre de mes enfants est un parfait diplomate. Je sais l'être moi aussi, quand je l'estime nécessaire, mais c'est un rôle dans lequel je ne suis pas à l'aise. Au contraire, je suis souvent ébahi devant les talents de mon fils. Si je ne m'instruis pas à son contact, je n'apprendrai jamais rien, car il est le meilleur exemple que je connaisse et je suis aux premières loges pour le voir agir.

> Si vos enfants étaient votre copie conforme,
> la vie serait bien ennuyeuse.

Loi n° 46

Laissez-les vous dépasser

Je me souviens d'avoir vu un jour, en vacances, un père qui tentait désespérément de battre son fils au tennis. L'adolescent faisait de son mieux pour gagner la partie, mais son père se montrait plus déterminé encore. Il en était rouge, suant et haletant, mais il ne voulait rien savoir. Il a finalement gagné. Le père et le fils ont quitté le court, le père épuisé mais content de lui, le fils avec un air résigné. J'imagine qu'il avait l'habitude.

J'étais triste pour lui. Pour le père, je veux dire. Cette satisfaction momentanée d'avoir gagné une partie est peu de chose comparée à la satisfaction durable de voir vos propres enfants vous battre. Je me suis consolé en songeant que ce n'était qu'une question de temps. Le fils jouait bien, il allait progresser encore tandis que son père allait décliner avec l'âge et tôt ou tard, il finirait par avoir son heure.

Vous le savez comme moi, ce père n'était pas un père modèle. Il y a encore une chose que je ne vous ai pas dite, c'est qu'il n'encourageait même pas son fils : je suppose qu'il tenait trop à éviter de se faire battre. Bien sûr, vous ne pouvez pas laisser vos enfants gagner tout le temps à tous les jeux. À deux ans, vous pouvez vous amuser à les laisser gagner, mais à douze ans, ils ne seront pas dupes. Ils peuvent certes gagner de temps à autre: simplement, ne faites pas comme ce père qui s'obstinait de manière absurde à vouloir battre son propre fils. Par ailleurs, vous pouvez encourager vos enfants à progresser, même quand ils perdent la partie.

Si vos enfants ne sont pas encore pour vous des partenaires suffisamment intéressants pour jouer au tennis, allez plutôt grimper aux arbres avec eux, ou nager, ou faire des gâteaux. À moins que vous ne préfériez faire de la musique avec eux ou les défier à leur jeu de PlayStation préféré. Trouvez une activité dans laquelle ils pourront être meilleurs que vous, ce sera bien plus amusant que de gagner à tous les coups (du moins, tant qu'il s'agit de jouer avec vos propres enfants).

Une chose encore. Croyez-vous que le papa tennisman ait appris à son fils à être bon perdant ? Pas du tout. Tout ce qu'il lui a appris, c'est qu'il ne fallait pas que cela lui arrive. En réalité, il n'y a pas de mal à perdre, tant qu'on n'est pas mauvais perdant.

Il n'y a pas de mal à perdre, tant qu'on n'est pas mauvais perdant.

Loi n° 47

Leur attitude a autant d'importance que leurs succès

Qu'appréciez-vous le plus chez votre enfant ? Son assiduité ? Ses résultats scolaires ? Ses victoires sportives ? Ses progrès en musique ?

Si vous êtes déjà un bon parent, vous avez compris qu'à cette question piège, aucune des réponses proposées n'est la bonne. Bien sûr, il importe que vous encouragiez vos enfants et que vous les félicitiez chaque fois qu'ils progressent dans l'un ou l'autre de ces domaines. Ils y attachent de l'importance, et il serait très déstabilisant pour eux de s'apercevoir que vous n'en avez cure. Cependant, ce n'est pas à propos de leurs succès qu'il est le plus important d'encourager et de féliciter vos enfants, mais à propos de leur attitude et de leur comportement.

Je connais une petite fille qui fait vraiment de son mieux pour bien se conduire. Malheureusement pour elle, elle a une grande sœur qui est un enfant modèle. Les gens font parfois entre les deux sœurs des comparaisons, qui tournent toujours en faveur de l'aînée (les parents, au moins, ont le bon sens d'éviter ce genre de dérapage). J'ai mal pour la petite, qui fait tant d'efforts, tandis que sa sœur, au contraire, n'a nul besoin d'en faire et n'en fait donc aucun. Laquelle mérite le plus d'être complimentée ? (Au passage, et pour en revenir à la Loi n° 32, c'est un excellent exemple de situation dans laquelle la carotte est bien plus efficace que le bâton.)

Dites-moi pour quoi vous complimentez et récompensez votre enfant, et je vous dirai ce qui vous semble important dans la vie et

quelles valeurs vous lui permettez d'acquérir. En mettant l'accent sur la réussite, la performance scolaire et les diplômes, par exemple, vous leur indiquez que ce sont les choses qui comptent le plus (et vous les poussez à réussir). De même, en récompensant l'effort, la persévérance, le progrès, la diplomatie, l'intégrité ou l'honnêteté, vous leur apprenez à croire en ces valeurs.

Naturellement, ce qu'il faut, c'est un mélange de tout cela. Il ne s'agit pas d'ignorer la performance, mais de veiller à prendre en compte tout ce qui doit compter pour vos enfants et à maintenir un bon équilibre entre les différents éléments de cet ensemble.

Dites-moi pour quoi vous complimentez et récompensez votre enfant, et je vous dirai ce qui vous semble important dans la vie.

Loi n° 48

Gardez vos craintes et vos inquiétudes pour vous

En visitant un zoo, il vous est sans doute arrivé, comme à moi, d'observer un magnifique serpent et d'entendre au même moment une mère de famille* s'exclamer « Bah ! Quelle horreur ! ». La même scène est tout aussi courante devant les mygales et les scorpions.

Par chance, les enfants ne font pas toujours attention à ces réactions déplacées (et beaucoup de mères de familles ont le bon sens de les leur épargner). Cependant, un certain nombre d'enfants sont bel et bien influencés par le mauvais exemple de ces adultes stupides et apprennent ainsi à éprouver de la répulsion pour les reptiles et pour tout ce qui rampe. En réalité, toutes ces créatures sont magnifiques et l'on devrait apprendre aux enfants à les admirer et à les aimer ou, tout au moins, à développer par eux-mêmes leur propre perception de ce qu'ils voient.

Je connais une mère qui, tout en étant initiée aux bonnes règles que je présente ici, avait vraiment peur des araignées. Elle était à la limite de la phobie, mais chaque fois qu'il y avait une araignée dans la chambre de sa fille, comme elle ne voulait pas que celle-ci soit aussi terrorisée qu'elle, elle faisait l'effort de cueillir la petite créature avec un plumeau, qu'elle secouait ensuite par la fenêtre pour se débarrasser de l'araignée. Elle en restait toute tremblante, mais elle faisait en sorte que sa fille ne s'en aperçoive pas. Une fois seulement, ayant malencontreusement

* J'ai mûrement réfléchi avant d'écrire cela, en sachant que j'allais passer pour sexiste, mais en toute franchise c'est toujours de la mère qu'il s'agit.

relâché l'araignée dans la maison, elle n'avait pas eu le courage de repartir à sa recherche. Elle a fait croire à sa fille que l'araignée était sortie, et elle en a été pour ses frais quand sa fille, en soulevant la couverture pour se coucher, a découvert l'araignée dans son lit.

Bien, sûr, ce n'est pas simplement des araignées et des serpents qu'il est question ici. Il peut s'agir aussi bien de la peur de se faire kidnapper. Il est souhaitable que les enfants apprennent à être prudents, mais pas qu'ils s'habituent à cultiver des frayeurs hors de proportion avec les risques réels et qui les pourraient les handicaper inutilement dans leur vie sociale. Il y a aussi la peur de rater: j'ai connu un père qui avait découragé ses enfants de s'inscrire à l'université, par peur du risque que leur dossier ne soit pas retenu.

Il n'est pas toujours facile de dissimuler ses sentiments et ses phobies. Vous savez que vos enfants percevront aussi ce que vous laisserez transparaître malgré vous, mais plus vous vous efforcerez de garder pour vous vos propres inquiétudes et plus vous aurez des chances d'y parvenir. C'est ainsi que vous permettrez à vos enfants de profiter de la vie, de découvrir le monde et d'avoir leurs propres préoccupations et leurs propres craintes, sans que vous n'ayez besoin d'y ajouter les vôtres.

> Vos enfants auront nécessairement leurs propres craintes, inutile d'y ajouter les vôtres.

Loi n° 49

Attention aux perceptions que vous programmez chez vos enfants

À l'école, j'avais un camarade de classe dont le père avait déjà des cheveux grisonnants à l'âge de trente ans. Son père s'en plaignait constamment, et qu'est-il arrivé ? Les cheveux de son fils sont devenus gris à trente ans également. Pendant toute son enfance, le fils n'avait cessé d'entendre son père s'en plaindre, si bien que, à son tour, il a vécu cela comme un calvaire. Son père a alors essayé de lui remonter le moral, mais en vain : on ne peut pas répéter pendant vingt-cinq ans qu'une chose est affreuse puis changer soudainement d'avis et rester crédible.

Peut-être regrettez-vous d'être chauve, ou d'avoir un grand nez ? Peut-être pensez-vous avoir quelques kilos en trop ? Peut-être avez-vous tendance à bégayer ? Dans tous les cas, gardez ce problème pour vous. Si vous vous abstenez d'en parler, vos enfants, qui risquent d'hériter de cet aspect de votre personnalité, n'auront aucune raison de voir la chose sous un jour négatif. Sachez que tout ce que vous direz aujourd'hui en leur présence résonnera encore à leurs oreilles dans trente ans.

Supposons que le père de mon camarade de classe ait été fier de ses cheveux grisonnants (ou qu'il ait fait semblant d'en être fier) et qu'il en ait ri en affirmant que cela lui donnait un air plus distingué : son

fils, grisonnant à son tour, aurait eu une image de lui-même tout à fait différente.

Évitons de nous critiquer en présence de nos enfants. Évitons aussi de nous critiquer mutuellement. Même en plaisantant votre conjoint sur sa myopie, sur sa calvitie ou sur son surpoids, vous programmez vos enfants à déprécier ces défauts, et lorsque vous vous rendrez compte des dégâts que vous aurez provoqués, il sera trop tard. Votre fils ne vous prendra pas au sérieux quand vous lui direz « Ah, mais toi, c'est différent. La calvitie te va bien mieux qu'à moi ».

Si vous pensez que vos enfants hériteront de vous un trait de personnalité particulier, mieux vaut, au moins en leur présence, laisser transparaître une vision positive de la chose. Dites à votre conjoint que ses lunettes lui vont à ravir, ou évoquez les avantages d'être de petite taille plutôt que les inconvénients. Qui sait, peut-être finirez-vous par vous en convaincre vous-même.

Tout ce que vous direz aujourd'hui en leur présence résonnera encore à leurs oreilles dans trente ans.

Loi n° 50

N'essayez pas d'avoir des enfants parfaits

La Loi n° 2 consistait à ne pas essayer d'être des parents parfaits. À présent, c'est de vos enfants qu'il s'agit. N'essayez pas de les rendre parfaits, vous n'avez évidemment aucune chance d'y parvenir. Vous réussiriez seulement à les soumettre à une pression excessive, et vous savez maintenant comme moi que ce ne serait pas une bonne chose.

Qui peut bien vouloir un enfant parfait? D'ailleurs, qu'est-ce qu'un enfant parfait? Je ne peux pas me l'imaginer. Les enfants que j'ai vus se conduire de manière irréprochable, toujours chercher à plaire à leurs parents et à leurs professeurs, travailler dur et faire soigneusement leurs devoirs, étaient toujours les plus insipides et les plus dépourvus de personnalité.

Au contraire, les enfants que j'ai toujours aimés et appréciés le plus, ceux qui avaient les personnalités les plus intéressantes, étaient délicieusement imparfaits: de l'espièglerie, un caractère pas toujours très facile, un sens de l'humour parfois mal cadré ou un côté paresseux, mais c'est souvent ce qui fait tout leur charme. J'ai vu d'innombrables enfants devenir des personnalités remarquables à l'âge adulte, et je n'aurais franchement pu dire d'aucun d'eux qu'il approchait de la perfection.

Les enfants ne sont pas censés être des adultes en miniature. Il est normal qu'ils présentent toutes les imperfections que l'éducation vise à faire disparaître. Si vos enfants étaient parfaits dès l'âge de dix ans, vous n'auriez plus qu'à renoncer à continuer de les éduquer et à en

faire tout de suite des banquiers. L'enfance, c'est le moment où l'on est censé être un enfant et se comporter comme tel, et, entre nous, je suis persuadé qu'il vaut mieux qu'ils gardent un certain temps une partie au moins de ces imperfections. Qui voudrait d'un mini-adulte bien comme il faut qui n'aurait jamais un regard malicieux, jamais la moindre agitation, jamais le moindre esprit aventureux ?

La seule sorte d'enfant que l'on puisse désirer élever, c'est un enfant capable de développer sa propre personnalité avec assurance sans faire de mal à autrui. Heureusement, beaucoup, beaucoup d'enfants sont ainsi, et je suis bien persuadé qu'aucun d'entre eux n'est parfait.

> Les enfants que j'ai toujours aimés
> et appréciés le plus, ceux qui avaient
> les personnalités les plus intéressantes,
> étaient délicieusement imparfaits.

Les Lois concernant les rapports entre frères et sœurs

Si vous avez plusiseurs enfants, vous vous êtes probablement rendu compte qu'à partir du deuxième, une série de règles supplémentaires s'imposait. Je connais un directeur d'un collège de garçons à qui un agriculteur local avait demandé, il y a quelques décennies déjà, s'il pouvait lui envoyer un de ses collégiens pour l'aider à accomplir certaines tâches agricoles. Le directeur lui avait répondu qu'il était sûr d'en trouver plus d'un qui seraient prêts à venir l'aider. L'agriculteur avait refusé d'en prendre un deuxième : « Un garçon est un garçon, deux, c'est comme la moitié d'un garçon, et trois garçons, c'est comme pas de garçon du tout. »

Il aurait sans doute dit à peu près la même chose à propos des filles. Il est vrai que plus vous avez d'enfants et plus il est difficile de les gérer : non pas simplement à cause du nombre, mais à cause de leurs interactions. C'est dire l'importance de cette partie du livre, qui traite des Lois qu'il est nécessaire d'observer à partir de deux enfants. Il va sans dire que ces Lois s'appliquent tout aussi bien aux demi-frères et demi-sœurs.

Loi n° 51

Encouragez les liens entre frères et sœurs

Il s'agit, à mon avis, de la Loi qui compte le plus dans cette partie, et dont dépendent toutes les autres. Lisez donc attentivement. La chose la plus importante que vous puissiez faire pour vos enfants est de leur permettre d'avoir entre eux les meilleures relations possibles.

Il existe un certain nombre de façons d'élever des frères et sœurs. Si vous optez pour la création de liens étroits plutôt que pour la division, vos enfants resteront toute leur vie comme des amis proches. Une fois adultes, ils auront besoin les uns des autres comme ils ont aujourd'hui besoin de leurs parents, avec cette différence qu'il y aura entre eux une relation d'égalité (ce n'est pas que nous leur soyons supérieurs, mais la relation parent-enfant ne peut et ne doit pas se construire sur le même modèle : voir Loi n° 94). Qui plus est, il y a des chances pour qu'ils continuent à entretenir ces liens bien après votre disparition.

Je connais des familles qui sont très dispersées dans le monde et, cependant, dès que quelqu'un a besoin d'aide, il sait pouvoir compter sur un frère ou une sœur habitant sur un autre continent. Si c'est ce que vous souhaitez pour vos enfants (et c'est bien sûr le cas), la préparation commence dès maintenant.

Vous avez un certain nombre de moyens de créer des liens solides entre vos enfants. Pour commencer, encouragez-les à être solidaires et à s'abstenir de se critiquer mutuellement : « Elle a peut-être oublié de refermer le robinet, mais tu ne dois pas dire du mal de ta sœur. Ce n'est pas gentil. »

Encouragez aussi l'entraide : « Je ne suis pas très fort en maths, mais je suis sûr que Samuel pourra t'aider à faire tes devoirs. » Vous pouvez aussi, s'ils se sont bien conduits, leur accorder une récompense collective. Quand vous avez une nouvelle à leur annoncer, par exemple, parlez-leur de préférence lorsqu'ils sont tous là. Quand ils seront un peu plus grands, incitez-les à prendre des décisions en groupe, que ce soit à propos de la destination des prochaines vacances ou du choix de la couleur pour repeindre la salle de bains. Il importe aussi que vous fassiez de votre mieux pour éviter tout esprit de rivalité ou de jalousie entre vos enfants. Nous reviendrons sur ce sujet, en particulier à propos de la Loi n° 56.

Il existe un autre facteur de cohésion efficace : l'union contre un ennemi commun. Quel ennemi ? Vous, bien sûr ! Rien de tel pour unir des frères et sœurs qu'un bon motif de plainte contre les parents. La prochaine fois que vous aurez à prendre une décision qui leur déplaira, pensez que vous contribuerez ainsi à consolider des liens qui les uniront durablement.

Rien de tel pour unir des frères et sœurs qu'un bon motif de plainte contre les parents.

Loi n° 52

Sachez reconnaître l'utilité des disputes (dans la mesure du raisonnable)

Si vous avez plusieurs enfants, vous connaissez très bien les chamailleries entre frères et sœurs. On se chamaille davantage dans certaines familles que dans d'autres, mais cela se produit dans toutes les familles. Et, le plus souvent, la dispute porte sur des choses sans importance.

Est-il si important de savoir à qui appartient réellement ce jeu vidéo, qui a les meilleures chaussures, ou qui franchira le premier la porte d'entrée (oui, les miens se sont déjà disputés avec acharnement pour cela) ? Pour vous, évidemment, la réponse est non.

Cependant, il importe que nos enfants apprennent à se chamailler. Pourquoi donc ? Parce qu'ils ont besoin de savoir comment se disputer correctement pour apprendre à ne pas le faire. Or, nous voulons justement qu'ils soient capables d'éviter les mésententes. Avez-vous remarqué comme, à l'âge adulte, les enfants uniques ont souvent davantage de difficultés à gérer les conflits ? Ils doivent lutter contre une tendance à l'agressivité, ou bien, au contraire, ils sont gênés par leur manque d'assurance et de confiance en eux-mêmes. Parmi les personnes possédant des talents de diplomates que j'ai pu rencontrer au cours de mon existence, la plupart avaient des frères et sœurs.

La seule façon d'apprendre la diplomatie, le compromis, tout ce que les jeunes enfants (et bien trop d'adultes) ne connaissent pas, c'est de se

chamailler. Les disputes sont ce qui nous permet d'apprendre comment obtenir la coopération d'autrui. C'est ainsi que l'enfant apprend que son frère deviendra désagréable s'il le frappe au visage, ou que sa sœur ne le laissera pas entrer dans sa chambre si, de son côté, il ne la laisse pas entrer dans la sienne. Il lui sera bien plus difficile de comprendre tout cela par les amis, car chacune de ces expériences risque de l'empêcher de s'en faire. Au contraire, votre frère ne peut pas vous dire qu'il cessera d'être votre frère si vous refusez de jouer avec lui. Il vous pardonnera, ne serait-ce que parce qu'il n'a pas le choix.

Les disputes entre frères ou entre sœurs sont souvent des luttes de pouvoir. Elles instaurent l'ordre hiérarchique, la distribution du territoire et les marges de décision. Dans ces domaines fondamentaux que sont le statut, le territoire et l'indépendance, il vous faut adopter une politique de non-intervention (quitte à envoyer une force d'interposition en cas de conflit violent). En effet, vous ne pourrez pas changer le caractère propre de vos enfants. Songez à ce qui se passe dans les Balkans, au Proche-Orient, au Vietnam : quand on essaye d'imposer un choix aux gens, cela ne marche pas ; et, parfois, les disputes entre vos enfants peuvent ressembler à des conflits entre des nations.

Par conséquent, la prochaine fois que vos enfants se chamailleront (cela ne saurait tarder), sachez voir le bon côté de la situation. Au moins, n'allez pas vous imaginer que vous n'avez pas dû faire ce qu'il fallait à un moment donné, et n'essayez pas non plus de mettre fin à leurs querelles. Dites-vous que, en réalité, ils apprennent à affronter les événements de l'existence.

Les disputes sont ce qui nous permet d'apprendre comment obtenir la coopération d'autrui.

Loi n° 53

Apprenez-leur à régler leurs disputes

Appliquer la Loi précédente ne vous demande pas beaucoup d'effort. Il vous suffit de rester à l'écart et de vous détendre. Cette Loi-ci est un peu plus difficile, mais elle constitue un complément essentiel de la Loi n° 52.

Une fois admis que les chamailleries étaient un mal nécessaire, que c'est par ce biais que vos enfants doivent apprendre à pratiquer des compromis et à coopérer, vous devez aussi comprendre que cela ne peut fonctionner que si vous les laissez se débrouiller. Autrement, ils n'apprendraient rien du tout, si ce n'est qu'il leur suffit de faire suffisamment de tapage pour qu'un adulte vienne régler le problème à leur place. Une fois qu'ils auraient quitté leurs parents, ils se retrouveraient dans une situation difficile, aucun adulte n'apparaissant plus comme par magie pour mettre fin à leurs disputes.

Malheureusement, c'est ce qui arrive à un certain nombre d'enfants. Il y a des années de cela, j'avais assisté à une formation de dirigeants de société au cours de laquelle on demandait aux participants de construire une tour avec des briques de forme biscornue. L'exercice n'avait pas tardé à dégénérer en bataille, et c'était à qui crierait le plus fort. L'ironie est qu'il s'agissait précisément de trouver la meilleure forme de coopération. L'important n'était pas que la tour tienne debout.

Si vous voulez que vos enfants, plus tard, soient capables de réussir ce genre d'exercice, pour ne pas parler de leur vie en général, il faut que

vous appreniez à supporter leurs cris et à ne rien dire. Vous verrez que, au bout de peu de temps, ils sauront régler la plupart de leurs différends sans votre aide.

Naturellement, il nous arrive à tous, certains jours, de ne pas avoir le temps ou la patience d'attendre que nos enfants résolvent eux-mêmes leurs différends. Dans de telles situations, vous pouvez jouer un rôle positif de la façon suivante: confisquez le jouet qu'ils se disputent, ou bien débranchez l'ordinateur ou la télévision, et dites-leur qu'ils y auront droit à nouveau quand ils auront trouvé ensemble une solution à leur désaccord.

Je connais un couple de parents qui a su particulièrement bien s'y prendre. Il faut dire qu'ils n'ont que des garçons, ce qui facilite les méthodes fondées sur l'esprit de compétition. Il s'agit d'un truc qui est utile quand vous ne pouvez pas savoir qui a commencé. Proposez un concours du plus honnête (avec les garçons, c'est toujours efficace). Demandez ensuite à chacun ce qu'il a fait qu'il n'aurait pas dû faire. Ainsi, aucun ne peut faire référence à ce qu'un autre est censé avoir fait. J'ai ainsi vu les enfants de ce couple avouer toutes sortes de choses et demander que d'autres incartades soient prises en compte, simplement pour avoir des chances de gagner le concours. À la fin de cette confession, vous demandez à chacun de présenter des excuses pour ce qu'il reconnaît avoir fait. Ainsi, ils comprennent mieux qu'une dispute implique au moins deux personnes. Vous y trouvez aussi votre compte.

> Une fois admis que les chamailleries étaient un mal nécessaire, vous devez aussi comprendre que cela ne peut fonctionner que si vous les laissez se débrouiller.

Loi n° 54

Travaillez en équipe

Je ne parle pas ici des deux parents, bien que, à l'évidence, il soit nécessaire qu'ils fassent équipe. Ici, c'est de toute la famille qu'il s'agit. Cela fait partie des méthodes grâce auxquelles vos enfants entretiendront durablement de bonnes relations entre eux.

Travailler en équipe, cela signifie que chacun doit mettre la main à la pâte. Peu importe l'activité, tant que chacun a conscience qu'il contribue à une œuvre commune.

Chez nous, nous avons adopté une règle selon laquelle à la fin d'un repas, chacun doit aider à remettre la cuisine en ordre, jusqu'à ce que tout soit terminé. Mes enfants y sont habitués. L'un remplira le lave-vaisselle tandis qu'un autre remettra le beurre au réfrigérateur, ou versera les restes dans le compost ou dans la gamelle du chien. Comme il s'agit d'une tâche partagée (et les adultes n'en sont pas exemptés), plus vite chacun travaille, plus c'est profitable pour tous, et tout le monde s'en rend compte. Il arrive souvent que l'un dise à l'autre, par exemple : « Tiens, laisse-moi cela, je vais le faire pendant que tu rangeras la vaisselle. »

Il existe de nombreuses opportunités d'exploiter ce type d'organisation. Bien sûr, vous pouvez aussi faire participer vos enfants au ménage à tour de rôle mais, dans ce cas, vous manquerez une occasion de les faire travailler en équipe.

Des amis nous ont fait découvrir une autre forme de travail d'équipe. Quand ils vont passer leur journée à la plage, les enfants participent à la préparation de tout ce qu'il faut emporter. L'un s'occupe des serviettes de bain, un autre des planches de surf, un autre des sandwiches. Chacun effectue une tâche différente, mais en ayant bien conscience de concourir à un objectif commun, être à la plage le plus vite possible.

Les situations de crise constituent la meilleure des occasions de cultiver l'esprit d'équipe, et le mieux est d'en maximiser le côté ludique. Chez mes parents, il arrivait une fois par an, ou presque, que le canal d'écoulement des eaux de pluie déborde et que le garage, dans lequel se trouvait le congélateur, risque d'être inondé. Aussitôt que nous avions conscience de cette menace, nous nous précipitions tous sous la pluie, souvent en pyjama, le temps d'enfiler un manteau et des bottes, avec des balais, pour chasser l'eau pendant que l'un de nous retirait les feuilles mortes obstruant l'écoulement. Nous travaillions tous ensemble pendant une demi-heure, dans la bonne humeur, avant de nous détendre devant un bon chocolat chaud. Nous étions trop peu sentimentaux pour le reconnaître, mais nous faisions alors preuve d'un bon esprit d'équipe.

> Les situations de crise constituent
> la meilleure des occasions de cultiver
> l'esprit d'équipe.

Loi n° 55

Laissez-les s'occuper entre eux

Tout parent d'un enfant unique sait qu'élever un enfant est parfois une tâche difficile. Il s'agit à la fois de le distraire, de l'amuser, d'être son meilleur ami, son compagnon de jeu et en même temps son père ou sa mère car, la plupart du temps, c'est à vous seul de cumuler ces rôles.

En revanche, quand vous avez plusieurs enfants, les rôles sont partagés. Vous pouvez vous concentrer sur votre rôle de parent, et lorsque vous participez occasionnellement aux jeux, c'est pour vous un plaisir plutôt qu'une corvée.

Il est bien préférable pour vos enfants qu'ils s'amusent entre eux, plutôt que de devoir compter sur vous pour les distraire continuellement. Vous pouvez, bien sûr, jouer avec eux, mais pas dans un rapport d'égalité. Soit ce sera à vous de les diriger, soit ils n'en feront qu'à leur tête et ne progresseront pas.

Au contraire, entre eux, vos enfants seront des partenaires de jeu à égalité, même si l'un domine l'autre (plus il y aura d'enfants et plus les interactions seront compliquées). Avec le temps, celui qui cédait le plus souvent deviendra sans doute le plus diplomate et le meilleur joueur. Résistez à la tentation d'intervenir pour rétablir l'équilibre, car vous ne pourriez pas changer leur caractère. Laissez-les se débrouiller et se disputer, pour le meilleur et pour le pire.

Il arrive qu'un des enfants éprouve le besoin de jouer avec l'autre, tandis que l'autre préfère jouer seul. Faute d'avoir un troisième enfant

(ce serait certes une solution, tant que la différence d'âge n'est pas trop grande), c'est là encore un problème que vous devez les laisser régler eux-mêmes. Au bout du compte, ils apprendront à faire des compromis : votre enfant solitaire deviendra plus sociable, et votre autre enfant apprendra à se trouver des occupations. N'est-ce pas souhaitable ?

Cessez donc d'avoir mauvaise conscience dès que vous prenez le temps de vous détendre avec une tasse de café*. Vous ne pourriez mieux faire que laisser vos enfants se débrouiller et s'amuser sans vous.

> Laissez-les se débrouiller et se disputer,
> pour le meilleur et pour le pire.

---

* Je sais, vous avez mille choses à faire avant de vous offrir une pause-café.

Loi n° 56

Ne faites jamais de comparaisons entre vos enfants

Je connais un couple avec deux enfants, dont l'un est généralement sage tandis que l'autre a tendance à être infernal*. Dans une certaine mesure, c'est la faute des parents. En effet, ils lui disent : « Pourquoi ne prends-tu pas exemple sur ta sœur ? » Si cela n'est pas de la provocation, j'aimerais bien qu'on me dise ce que c'est.

Vos enfants ne pourront pas entretenir de bonnes relations entre eux si vous laissez le champ libre à la jalousie et aux rivalités. Si vous pensez qu'un de vos enfants est plus brillant que l'autre, plus sportif, ou moins intelligent, moins doué, n'en laissez rien paraître. Il ne s'agit pas de faire comme s'ils étaient également doués dans tous les domaines, mais d'éviter de souligner ces inégalités et de susciter des comparaisons.

C'est là le point essentiel. Vous pouvez dire à l'un de vos enfants qu'il est particulièrement doué en dessin, mais pas qu'il est plus doué que son frère en dessin. Pourquoi comparer ? Qu'un de vos fils soit plus doué en dessin que son frère, ou plus doué en dessin que Naomi Campbell, qu'est-ce que cela peut bien faire ? Pourquoi considérer vos enfants comme un ensemble coordonné plutôt que comme des individus ayant chacun sa personnalité propre ? C'est comme si vous disiez au « moins doué » qu'il est le produit défectueux de la gamme.

* J'enfreins la Loi n° 35, mais aucun enfant ne me lit.

Nous verrons à propos de la Loi n° 60 qu'il peut être judicieux de faire en sorte que chacun de vos enfants sache dans quoi il est bon. Ce qui importe ici, c'est de comprendre que les talents et les faiblesses de chacun ne doivent pas être appréciés par comparaison avec les autres. Après tout, l'important est que vos enfants soient capables de faire la cuisine, de chanter, de faire des additions, de sauter au trampoline, de transmettre des messages, de parler anglais, de raconter des histoires, de se brosser les dents, etc., et non pas qu'ils soient capables de le faire mieux que telle ou telle autre personne.

Naturellement, vos enfants verront peut-être la chose sous un autre angle. Les garçons sont généralement plus portés à la compétition, mais cette tendance existe chez les filles aussi. Il y a des chances pour que vos enfants vous harcèlent avec des questions du genre « Mon dessin est mieux que le sien, hein ? » ou « Je cours plus vite que lui, pas vrai ? ». Qu'allez-vous leur répondre ?

Répondez en évitant d'établir une hiérarchie : « C'est difficile de juger. Tu as très bien dessiné ces arbres, mais ta sœur, pour sa part, a choisi de belles couleurs. » Ou bien : « Tu cours sans doute plus vite que ton frère, car tu as deux ans de plus que lui. »

> Vos enfants ne pourront pas entretenir de bonnes relations entre eux si vous laissez le champ libre à la jalousie et aux rivalités.

Loi n° 57

Des enfants différents ont besoin de règles différentes

De façon générale, je ne cherche pas à bousculer les idées reçues mais plutôt à mettre en évidence quelques principes fondamentaux, qui sont pour la plupart évidents mais qu'il est plus facile d'appliquer une fois qu'on les a vus écrits noir sur blanc et auxquels vous n'aurez pas nécessairement songé avant de lire ce livre. Comme je l'ai indiqué au début, mon livre n'a rien d'une révélation. C'est plutôt un aide-mémoire. J'ai cependant l'idée que celui qui me chercherait des histoires choisirait de discuter cette Loi, qui semble en contradiction avec les Lois 24, 33 et 54, et probablement avec d'autres encore qu'il vous reste à découvrir. Mais ce n'est qu'une apparence.

La Loi n° 12 avait trait à la nécessité d'adapter vos attentes à la personnalité réelle de vos enfants. Ici, nous allons un peu plus loin : il importe parfois d'observer une règle différente pour chaque enfant.

Vos enfants sont différents, c'est pourquoi une même règle ne peut pas toujours convenir. Bien sûr, il se peut qu'un de vos enfants n'apprécie pas de ne pas être logé à la même enseigne que l'autre, et certaines règles doivent aussi s'appliquer de la même manière pour tous. Ainsi, par exemple, il est juste que chacun aille se coucher ou débarrasse la table quand on le lui demande. D'autres règles, en revanche, doivent être adaptées à la personnalité de chacun.

Pour ne rien vous cacher, la première fois que j'ai été père, j'ai cru qu'il serait injuste de modifier une règle pour un enfant et pas pour

l'autre. Pour moi, il semblait évident qu'il fallait des règles identiques pour tout le monde. Mes enfants ont commencé à grandir, et je me suis rendu compte que l'application aveugle de certaines règles était parfois bien plus contraignante pour un de mes enfants que pour l'autre.

En voici un exemple. J'ai un fils qui est désordonné à un point pathologique*. Il n'en a pas conscience, car il est atteint d'une affection très particulière qui l'empêche de voir le chaos qu'il crée autour de lui. Nous ne pouvons donc pas nous contenter de lui demander de ranger comme je le demanderais à ses frères et sœurs. Nous serions obligés d'exiger de lui vingt fois plus, sachant qu'il ne voit pas le désordre, qu'il ne comprend pas pourquoi cela pose un problème (*lui*, cela ne le dérange pas) et qu'il lui faudrait passer plusieurs heures par jour pour tout remettre en ordre. Appliquer la même règle à tous nos enfants serait donc très injuste pour lui.

Bien sûr, il n'est pas exempté des tâches ménagères, mais nous sommes moins exigeants envers lui qu'envers les autres. Tout ce que nous lui demandons, c'est de participer et de faire un effort à son niveau. À mesure qu'il grandit, nous exigeons un peu plus de lui.

Il faut dire qu'il est doté d'une bonne capacité de concentration. Il peut sans problème passer une demi-heure à faire ses devoirs sans se laisser distraire, tandis qu'un de ses frères, bien plus ordonné, parvient difficilement à se concentrer plus de dix minutes. Nous lui laissons donc tout le week-end pour faire ses devoirs en plusieurs étapes.

En d'autres termes, la bonne méthode consiste dans certains cas à appliquer les mêmes règles pour tous, mais parfois, au contraire, ce serait injuste et il convient alors de procéder autrement. L'important est de savoir quel degré d'exigence adopter avec chacun.

L'important est de savoir quel degré d'exigence adopter avec chacun.

* J'enfreins à nouveau la Loi n° 35, sauf que je ne dis pas duquel de mes fils il s'agit.

Loi n° 58

N'ayez pas de favori

Admettre qu'on a un enfant préféré? C'est un des grands tabous de notre société. Nombreux sont ceux qui vous diront simplement qu'on ne doit pas avoir de préférence. Ce serait l'idéal, j'en suis sûr, mais je pense que si certains parents n'ont pas de problème avec cette Loi, car il leur serait impossible d'avoir une préférence, d'autres, au contraire, ne peuvent s'empêcher d'en avoir une.

Si vous avez une préférence, mentez s'il le faut, mais ne la révélez sous aucun prétexte à qui que ce soit, à l'exception éventuelle de votre conjoint.

J'ai un ami qui me parle parfois de sa préférence pour un de ses enfants – il ne peut s'en empêcher – mais il ne s'agit pas toujours du même. Chacun de ses enfants a été son préféré à un moment ou à un autre. Sans le savoir, ils assument ce rôle l'un après l'autre. Mon ami me précise que, en réalité, il les a toujours aimés de la même manière. C'est simplement qu'il lui arrive souvent d'éprouver une préférence pour l'un ou pour l'autre, selon les circonstances.

Par conséquent, si vous avez une préférence pour l'un de vos enfants, comment faire, à part mentir? Pour commencer, voyez s'il s'agit d'une préférence réelle, ou si c'est simplement qu'un de vos enfants vous plaît plus que les autres. Peut-être vous sentez-vous seulement plus proche de lui, ce qui ne signifie pas que vous l'aimez davantage. Peut-être aimez-vous de la même manière chacun de vos enfants, mais sans vous en rendre compte.

La méthode sera parfois efficace, mais pas toujours. Si vous continuez d'avoir la nette impression que vous préférez l'un de vos enfants, faites un travail sur votre relation avec l'autre. Recherchez consciencieusement les qualités que vous pourriez apprécier davantage chez lui, passez plus de temps avec lui ou trouvez un centre d'intérêt commun auquel vous pourriez consacrer du temps ensemble, que ce soient les trains électriques, la pêche, le shopping, les films d'horreur (si c'est un adolescent, bien sûr), la marche, la cuisine, les chevaux, le football ou n'importe quoi d'autre.

Sachez aussi que vos enfants sont toujours à l'affût du moindre indice révélant lequel d'entre eux est votre favori. Ils pourront vous poser la question de façon directe, et à défaut de l'indice le plus infime, ils seront capables d'interpréter votre réponse dans le sens qui les arrangera. De façon générale, si chacun vous accuse d'avoir une préférence différente, vous n'avez probablement rien besoin de changer. Au contraire, s'ils pensent tous que vous avez le même favori, qu'ils aient raison ou tort, il est nécessaire que vous vous préoccupiez davantage des signaux que vous leur envoyez.

> Si vous avez une préférence, ne la révélez sous aucun prétexte à qui que ce soit.

Loi n° 59

Variez les plaisirs

Cette Loi vous permettra de consolider vos relations avec vos enfants ainsi que les liens qui les unissent. Elle vous aidera aussi si vous sentez que vous avez tendance à préférer un enfant à un autre, si vous n'appréciez pas certains traits de leur personnalité ou si vous avez l'impression que vous n'avez pas grand-chose en commun avec eux.

Nombreuses sont les familles (surtout composées d'un couple avec deux enfants) qui sont très unies. Le père peut être très pris par son travail dans la semaine, la mère aussi dans certains cas, mais toute la famille passe le week-end ensemble. C'est généralement bon signe.

Et cependant… il arrive que l'on abuse des bonnes choses. Il importe de varier au maximum les possibilités de réunion et de séparation, c'est-à-dire de faire en sorte :

- que chaque enfant passe du temps seul avec sa mère comme avec son père ;
- que les enfants aient l'occasion d'être ensemble tantôt avec leur père seulement, tantôt avec leur mère seulement ;
- que chaque enfant ait l'occasion d'être seul avec ses deux parents pendant que l'autre ou les autres sont ailleurs ;
- que, dans une famille de trois enfants ou plus, deux enfants aient l'occasion de passer du temps avec un des deux parents pendant que l'autre ou les autres sont avec l'autre parent, et que ce ne soient pas toujours les mêmes qui soient avec le père et les mêmes avec la mère.

C'est aussi ce qui vous permettra de cultiver des liens particuliers avec chaque enfant. Un des enfants pourra, par exemple, participer à la préparation des repas avec sa mère et partir en promenade avec son père. Un autre lira un livre avec sa mère et jouera dans le jardin avec son père.

Ce principe revêt une importance particulière dans le cas des familles recomposées. C'est ce qui permet à chacun de nouer des relations personnelles avec tous les autres.

Bien sûr, la tâche est plus difficile pour un parent seul*. Il importe tout de même, dans ce cas, de saisir toutes les opportunités de partage. Chaque fois que vous pouvez vous retrouver avec un seul de vos enfants (par exemple, lorsque les autres sont chez des amis ou à une fête), ne vous contentez pas de profiter du calme pour l'aider à faire ses devoirs: faites quelque chose de particulier avec lui.

> Il importe de varier au maximum
> les possibilités de réunion et de séparation.

* La tâche serait sans doute également difficile si vous aviez douze enfants, mais dans ce cas, vous n'auriez jamais trouvé le temps de vous intéresser à ce livre.

Loi n° 60

Sachez trouver les points forts de chacun

Selon la Loi n° 42, chaque enfant doit savoir qu'il excelle dans un certain domaine. C'est une Loi importante, surtout si vous avez deux ou plusieurs enfants. À coup sûr, ils auront des points forts très différents.

Dans une famille, les dons et les talents se retrouvent souvent chez plus d'une personne. Si un de vos enfants est doué pour la musique, le dessin, le sport ou les études, il est très possible que ses frères et sœurs soient doués pour les mêmes choses. Dans ce cas, il peut tout de même être difficile pour un enfant de progresser au basson si la grande sœur étudie également le basson et a atteint un niveau plus avancé. Peut-être le plus jeune aura l'impression de pouvoir plus facilement réussir comme violoniste ou comme flûtiste. Il importe d'encourager ce genre de petite différence, afin que chacun puisse briller dans son propre domaine.

C'est cependant dans le domaine de la personnalité qu'apparaissent les différences les plus fondamentales, même au sein d'une fratrie, et il convient de les encourager (sans pour autant négliger la Loi n° 56, selon laquelle vous ne devez jamais faire de comparaisons entre vos enfants). En grandissant, vos enfants auront besoin de prendre leurs distances les uns vis-à-vis des autres pour trouver leur propre voie. Chaque enfant doit devenir lui-même et non la réplique de son frère ou de sa sœur.

Les plus jeunes, surtout, ont tendance à vouloir devenir meilleurs que leurs aînés. Il leur est cependant bien plus facile d'acquérir une forte

personnalité que de développer un talent propre dans une discipline donnée. En d'autres termes, à trois ans, être le plus téméraire est plus facile qu'être le meilleur en orthographe. Par conséquent, sans faire de comparaison, faites en sorte que votre enfant de trois ans sache qu'il est très courageux, qu'il est très gentil, ou qu'il sait très bien se souvenir de tout (un des miens savait mémoriser ma liste de courses à l'âge de trois ans, à condition qu'elle ne soit pas trop longue : il avait une excellente mémoire pour ce genre de chose).

Pour que votre enfant ait confiance en lui et pour qu'il ait le sentiment de jouer un rôle dans la famille, il est très important qu'il sache qu'il fait partie d'une équipe à laquelle il apporte des compétences réelles. Il vous revient donc de déterminer quelles sont ses compétences, et plus particulièrement quels sont chez cet enfant les points forts dont toute la famille peut profiter: qu'il s'agisse de savoir reconnaître un chemin, de savoir préparer un repas, de savoir faire rire et redonner de la bonne humeur aux autres quand quelque chose ne va pas, de résoudre des problèmes de logistique, de savoir apaiser les conflits, de savoir garder son calme dans les moments critiques ou de savoir appliquer des instructions techniques (celui-là, je lui suis toujours reconnaissant, car je suis incapable de lire moi-même un mode d'emploi).

Encore une chose: veillez à ne pas toujours compter sur le même enfant pour l'orientation, la cuisine, la logistique, etc., si un autre de vos enfants peut revendiquer aussi ce rôle. Si un de vos enfants pense qu'il pourrait être d'aussi bon conseil que son frère mais qu'on ne lui laisse jamais aucune chance de montrer ce dont il est capable, cela peut être assez démoralisant pour lui. À vous de veiller à ce que personne ne se sente exclu ou oublié.

> Pour que votre enfant ait confiance en lui, il est très important qu'il sache qu'il apporte des compétences réelles à l'équipe.

Les Lois concernant l'école

Que cela vous plaise ou non, vos enfants doivent accomplir leur scolarité. Bien qu'ils ne soient pas avec vous quand ils sont à l'école (sauf, bien sûr, si vous optez pour l'enseignement à domicile), leur réussite scolaire dépendra étroitement de votre attitude – et quand je parle de réussite, je ne pense pas seulement aux bulletins de notes.

En période scolaire, vos enfants passeront davantage d'heures à l'école qu'avec vous, du moins si l'on fait abstraction des heures de sommeil (et en supposant qu'ils ne s'endormiront pas pendant les cours). Il s'agit donc d'une période extrêmement importante dans leur vie, et ils ont besoin de voir que cela vous intéresse, que vous vous sentez concerné et impliqué, même si c'est à distance.

De la maternelle jusqu'au bac, les quelques Lois qui suivent vous permettront de mieux les aider à accomplir leur scolarité dans de bonnes conditions.

Loi n° 61

Scolarité et éducation sont deux choses différentes

Certains jeunes, à seize ou à dix-huit ans, quittent le lycée sans n'avoir rien appris – à part peut-être leurs tables de multiplication, quelques éléments de la géographie de l'Europe occidentale et deux ou trois grandes dates historiques. En d'autres termes, des informations : voilà tout ce qu'apporte l'école, à part quelques capacités d'analyse dont beaucoup ne se serviront plus jamais de leur vie. Une partie de cette information est utile, par exemple le vocabulaire et la grammaire d'une ou deux langues étrangères, mais une grande partie est apparemment sans intérêt.

Qu'on me comprenne bien : je ne condamne pas l'école. Elle vous apprend à apprendre, et cela vous servira toute la vie, mais cela demande dix à douze ans. Pensez à tout ce qu'elle *n'apprend pas* à vos enfants pendant ces années cruciales pour leur formation. Elle ne leur apprend pas à penser par eux-mêmes, à changer une ampoule, à être sûr de soi, à rester solvable, à détecter l'imminence d'un conflit, à résoudre un différend à l'amiable, à respecter les autres. Elle ne leur apprend pas non plus ce qu'il faut faire quand une voiture tombe en panne, comment gérer ses craintes, comment être un bon perdant, un bon gagnant…

Vous allez me répondre qu'on apprend bien à gagner et à perdre dans les cours d'éducation physique. En réalité, l'école fait faire aux enfants un certain nombre d'exercices dans certaines disciplines particulières, mais on n'y apprend pas comment bien faire les choses. Celui qui est plus enclin à perdre qu'à gagner perdra misérablement. Dans tous les cas,

ce que vos enfants ont l'occasion de pratiquer à l'école, ils pourraient le pratiquer tout aussi bien en dehors. C'est le fait d'être en groupe qui leur permet d'apprendre ce qui est socialement acceptable et ce qui ne l'est pas. Ils peuvent l'apprendre en colonie de vacances, dans un club de sport ou dans la cour de récréation. Cela ne concerne pas l'enseignant.

En un mot, scolariser son enfant n'a rien à voir avec l'éducation. L'école joue un rôle important, mais pas aussi important qu'une bonne éducation ; et cette éducation, c'est à vous de la donner à votre enfant. N'espérez pas de l'école qu'elle puisse tenir ce rôle à votre place.

J'ai pu constater, autour de moi, que l'enseignement à domicile pouvait donner des résultats bien meilleurs que l'école, ce qui tend à montrer que l'école n'est pas nécessaire à une bonne éducation. Je ne dis pas que vous devriez opter pour l'enseignement à domicile (vous pouvez toujours le faire), mais simplement que vous ne devriez pas compter sur l'enseignement scolaire pour transmettre à votre enfant un bagage utile, en dehors de l'information et de l'initiation à la flûte à bec et à la dissection des grenouilles. Le reste, c'est votre affaire.

Des informations,
voilà tout ce qu'apporte l'école.

Loi n° 62

L'école est à prendre comme elle est

Une école idéale, cela n'existe pas. Comment une école pourrait-elle mettre d'accord des centaines, voire des milliers de parents? Si une politique scolaire devait être approuvée à l'unanimité des parents, il ne serait même pas possible de fixer l'heure du début des cours.

Vous serez donc nécessairement en désaccord avec certains aspects de la politique de l'établissement scolaire, comme la quantité de devoirs donnés aux élèves, la sévérité – ou le laxisme – de la direction ou de l'équipe enseignante, le fait qu'on oblige tous les élèves à jouer au football, même s'ils détestent cela, etc.

Tout ce que vous pourrez faire, si les aspects négatifs l'emportent sur les aspects positifs, c'est mettre votre enfant dans une autre école, qui ne vous donnera pas satisfaction non plus. Elle sera simplement différente. Votre enfant n'y pourra rien non plus, et si vous l'incitez à se rebeller contre le système, vous ne parviendrez qu'à rendre sa scolarité plus difficile. Votre enfant n'a surtout pas besoin de messages conflictuels entre le domicile et l'école.

Ce qu'il faut comprendre, c'est que l'école est un tout qu'il faut accepter tel quel. Vous devez donc être partisan de l'école et encourager votre enfant à faire ses devoirs, même si vous pensez qu'on lui en donne trop. Vous devez accepter que votre enfant joue au football et qu'il traite ses professeurs avec respect, même si c'est à sens unique.

Vous vous demandez peut-être ce que vous êtes censé répondre à votre enfant s'il vous dit que l'école lui donne trop de devoirs. Tenez-lui précisément le discours que je viens de tenir : l'école est un tout. Ce faisant, vous lui apprenez à s'intégrer dans la société (voir Loi n° 61). Participer au système est plus important que l'approuver.

Enfin, si vous voulez entamer un débat, commencez par lire la Loi qui suit.

> Ce qu'il faut comprendre, c'est que l'école est un tout qu'il faut accepter tel quel.

Loi n° 63

Soyez du côté de votre enfant

Votre soutien à l'école (Loi n° 62) n'a pas besoin d'être un soutien inconditionnel. Vous êtes obligé de vous faire une raison, mais vous ne pouvez pas toujours laisser l'école régler certains points qui concernent plus spécifiquement votre enfant.

Lorsque la situation lui échappe, il est important que votre enfant sache que vous êtes de son côté. En cas de problème réel, il n'y a que vous qui puissiez défendre sa cause – et il peut arriver que votre enfant ait besoin de quelqu'un pour le défendre. Si la discipline laisse à désirer, si les professeurs ne tiennent pas compte du problème de dyslexie de votre enfant ou si l'un d'eux lui rend la vie difficile, il faut que vous interveniez. C'est bien votre rôle de parent. Dans le cas contraire, votre enfant comprendrait que sa souffrance ne vous dérange pas.

Parfois, il est difficile pour un adulte de se rappeler ce qu'était ce sentiment d'impuissance que peut éprouver un enfant. Devenus adultes, nous sommes à l'aise dans des situations qui nous semblaient autrefois insurmontables. Affronter des difficultés pendant quelques mois nous paraît supportable, mais à cinq ans et même à quinze ans, quelques mois représentent une éternité. Pour ma part, je me souviens de ce sentiment atroce que je ressentais avant les cours, chaque fois que j'allais devoir avouer que, une fois de plus, je n'avais pas fait mes devoirs. Si je me retrouvais aujourd'hui en face de ce professeur qui m'impressionnait tant à l'époque, je prendrais la chose avec un certain détachement, mais les enfants sont conditionnés à se soumettre à

l'autorité de l'enseignant et ils n'ont pas les moyens de lutter contre le système. C'est la raison pour laquelle vous avez votre rôle à jouer.

Je me demande s'il faut envisager ce genre de situation comme une « lutte ». La diplomatie est toujours préférable au combat, et il ne s'agit pas de se braquer contre la direction de l'établissement. Il est plus productif de montrer à votre interlocuteur que vous êtes capable de voir les choses de son point de vue et de tenter ensuite de l'amener à envisager le vôtre. C'est là que vous devez faire preuve de sagesse.

Il convient de souligner que la Loi n° 63 est bien plus efficace quand on observe aussi la Loi n° 62. Si l'on voit en vous quelqu'un qui n'a pas l'habitude de se plaindre, vous serez davantage pris au sérieux.

> Lorsque la situation lui échappe,
> il est important que votre enfant
> sache que vous êtes de son côté.

Loi n° 64

Les railleries sont un problème sérieux

Je connais un garçon qui en est venu à détester son prénom à cause des calembours et des sarcasmes de ses camarades d'école. Eux s'amusent, lui pas du tout.

Les parents ont vite fait de négliger ce genre de problème. Ils disent à leur enfant « Les chiens aboient, la caravane passe » ou « La bave du crapaud n'atteint pas la blanche colombe », et il est vrai qu'il vaut mieux subir une petite taquinerie qu'être rackketté (à ce propos, voir Loi suivante), mais les railleries ne sont pas toutes de simples petites taquineries. Certaines peuvent être profondément blessantes et laisser des traces.

L'important est la manière dont votre enfant vit cela. Que ce soit un seul enfant qui lui donne des noms d'oiseaux ou qu'il soit banni par l'ensemble de la classe, qu'il ait reçu un coup de pied dans le tibia hier ou que ce soit tout un groupe qui ait l'habitude de le frapper, que vous appeliez cela des taquineries, des railleries ou ce que vous voudrez, le *seul* critère valable pour juger de la gravité du problème est l'impact psychologique sur votre enfant.

Si votre enfant en souffre, il importe que vous agissiez. Selon la situation, vous pourrez discuter avec votre enfant de la meilleure manière de résoudre le problème (Loi n° 65), ou bien rencontrer un responsable. Parfois, vous pourrez aussi envisager une autre méthode (mais changer le prénom de votre enfant serait sans doute un peu rude).

Montrez à votre enfant que si c'est un problème pour lui, alors c'en est un pour vous aussi.

Vous êtes tenté de contacter directement les parents d'un enfant qui rend la vie du vôtre difficile ? Un avertissement s'impose. Si vous appreniez que votre enfant harcèle des camarades, vous prendriez sans doute sa défense, au moins publiquement, quitte à le réprimander en privé. Dans ce genre de situation, les rencontres entre parents aboutissent le plus souvent à une impasse. Chacun s'ancre dans ses positions et la colère monte. N'essayez pas, à moins d'être vraiment sûr que cela vous permettra de résoudre le problème et non de l'aggraver.

Montrez à votre enfant que
si c'est un problème pour lui,
alors c'en est un pour vous aussi.

Loi n° 65

Apprenez à votre enfant à se faire respecter

Je ne vous propose pas d'inciter votre enfant à mettre son poing dans la figure de tous ceux qui l'embêtent. Cette manie d'importuner son semblable est dans la nature humaine, et on la retrouve dans toutes les cours d'école (il est vrai que certaines traitent ce problème mieux que d'autres). Il vous faut donc vous y préparer. Comme nous l'avons vu, vous devrez agir. La place manque dans ce livre pour traiter de ce problème plus en détail, et peut-être vous faut-il consulter un ouvrage spécialisé sur ce sujet.

Si votre enfant est persécuté par ses camarades d'école, vous devez surtout lui apprendre à gérer cette situation avant qu'elle ne dégénère trop. Savez-vous pourquoi certains enfants sont persécutés à l'école ? Parce qu'ils sont différents. Dans une étude, on a constaté que soixante-quinze pourcent des enfants avaient subi des quolibets ou des persécutions au cours de leur scolarité en raison de leur apparence physique. Un enfant sur cinq avait déjà fait l'école buissonnière ou s'était fait porter malade pour éviter de subir des sarcasmes. Ces chiffres laissent rêveur, n'est-ce pas ?

Il existe traditionnellement deux méthodes pour résoudre ce problème. La première consiste à exhorter son enfant à rendre les coups. Elle est parfois efficace, mais le plus souvent, on s'en doute, elle ne fait qu'aggraver le problème. L'autre méthode est à l'opposé, elle consiste à ignorer les brimades. Certains parents essayent d'y croire mais, en

réalité, ce n'est pas ainsi que votre enfant découragera ses camarades de continuer à le houspiller. Tout indique le contraire.

Dans ces conditions, que faire ? Le mieux, pour votre enfant, est d'avoir l'air sûr de lui, de soutenir le regard des autres et de tenter de les distraire en changeant de sujet. Naturellement, cette méthode n'est pas toujours efficace, mais si votre enfant sait avoir l'air sûr de lui, s'il a une bonne estime de lui-même et s'il se soucie de son apparence, c'est déjà à moitié gagné. Or, vous pouvez très bien donner ces armes à votre enfant, bien avant qu'il rencontre son premier persécuteur.

Si votre enfant subit des vexations, ce n'est pas sa faute, ni la vôtre. Ce n'est pas non plus sa faute s'il doit porter des lunettes ou s'il est handicapé, mais je connais des enfants qui portent des lunettes, qui ont un handicap ou qui sont défigurés et qui ne sont pourtant jamais persécutés. Il s'agit de ne pas donner de l'eau au moulin des persécuteurs.

Pour réduire le risque que votre enfant subisse des sarcasmes et autres vexations, faites en sorte :

- → qu'il ait confiance en lui ;
- → qu'il n'ait pas de surpoids ;
- → qu'il présente bien (propre sur lui, avec des ongles propres, correctement coiffé, etc.).

Ce sera déjà un très bon début. Si, en plus, vous lui faites comprendre l'importance qu'il y a à soutenir le regard des autres et à ne pas paraître intimidé, vous aurez fait tout votre possible pour le protéger à l'avance.

> Si votre enfant subit des vexations,
> ce n'est pas sa faute, ni la vôtre.

Loi n° 66

Acceptez que votre enfant ait des copains que vous n'aimez pas

Votre enfant a peut-être un ou plusieurs copains que vous n'aimez pas ? Ce sauvageon, à la crèche, qui tire les cheveux des autres enfants quand personne ne le voit ? Cette fille qui est sa meilleure amie un jour et qui ne lui adresse plus la parole le lendemain ? Cet adolescent indiscipliné, dont vous êtes persuadé qu'il fume ?

Durant sa scolarité, votre enfant aura peut-être parfois des fréquentations qui vous déplairont. Peut-être penserez-vous qu'elles le déstabilisent ou qu'elles ont une « mauvaise influence » sur lui. Ma mère, par exemple, haïssait ceux de mes copains qui ne parlaient pas « correctement » (c'était un problème dans cette école du sud de Londres où elle m'avait envoyé). Encore n'a-t-elle jamais su que l'un d'eux, dans son jardin, m'avait appris un jour à bricoler des explosifs.

Que pouvez-vous faire ? Ayant lu le titre de cette Loi, vous vous doutez du conseil que je vais vous donner. Acceptez que votre enfant ait des copains que vous n'aimez pas. Il faut bien qu'il apprenne à les choisir lui-même. À lui de décider ce qu'il accepte et ce qu'il n'accepte pas chez ses copains.

Au bout du compte, les décisions de votre enfant seront fonction des valeurs que vous aurez su lui transmettre. Cela prend du temps : il faudra qu'il fasse sa propre expérience pour apprendre à séparer le

bon grain de l'ivraie. Si votre enfant s'entoure de garnements à six ans, n'en faites pas un drame. Les effets de votre bonne politique parentale finiront bien par s'observer.

Entre-temps, ils auront beaucoup appris de leurs fréquentations. En ratant un examen d'anglais parce qu'on n'a jamais appris ses leçons, on apprend davantage qu'en apprenant ses leçons et en réussissant ses examens*. Les mauvaises fréquentations sont très riches d'enseignements, surtout si l'on sait garder les pieds sur terre.

De toute façon, comment pouvez-vous affirmer que ses copains ne sont pas fréquentables ? Peut-être votre enfant a-t-il un côté canaille que vous devez accepter, même si cela ne vous plaît pas. Peut-être ce garçon qui fume est-il quelqu'un d'admirablement loyal. Celle qui joue avec les émotions de votre fille la défend peut-être aussi contre la terreur de la classe, ou la fait rire quand elle n'est pas dans ses meilleurs jours. Il ne s'agit pas de laisser votre enfant fumer ou saccager des voitures, mais même ceux qui font cela peuvent être de très bons copains.

Personnellement, même si j'ai des préférences, je sais m'entendre avec tous les copains de mes enfants. Même ceux que j'aime le moins leur apportent visiblement quelque chose. C'est seulement avec certains parents que j'ai un problème.

Comment pouvez-vous affirmer que
ses copains ne sont pas fréquentables ?

* On apprend davantage sauf pour ce qui est de l'anglais, évidemment.

Loi n° 67

N'oubliez pas que vous êtes leurs parents, pas leurs professeurs

Naturellement, vous voulez que vos enfants soient bons élèves, qu'ils réussissent brillamment leurs examens, et peut-être même songez-vous déjà à leur future admission dans une des meilleures universités ou dans une grande école. Il peut donc être très tentant pour vous de vous impliquer pour de bon dans leur scolarité : de surveiller de près leurs devoirs ou de chercher à compléter leurs connaissances.

Je connais un père qui demande régulièrement à ses enfants quels sujets ils ont étudié durant la semaine, puis il passe la moitié du week-end à leur raconter tout ce qu'il sait sur ces sujets (il est persuadé qu'il en sait bien plus que les professeurs). Pour dégoûter ses enfants d'apprendre, c'est une très bonne méthode.

Mettons les choses au point. Le rôle des enseignants est de transmettre à vos enfants des connaissances et de les préparer aux examens. C'est là le critère pour juger de la valeur des enseignants comme de celle des élèves. Quant à vous, vous n'êtes pas leur professeur. Laissez-les commettre des erreurs et apprendre par eux-mêmes, sans les corriger à tout bout de champ. Vous pouvez vous occuper des éléments de savoir-faire importants pour affronter l'existence, dont nous avons déjà parlé (voyez la Loi n° 11), car ce n'est pas le rôle de l'école et ils ont en réalité bien davantage d'importance que la réussite scolaire. Vous pouvez les inciter à essayer quelque chose de nouveau (des vacances à l'étranger, le karaté, la voile, manger des olives), à découvrir de nouveaux centres d'intérêt, à rencontrer de nouvelles têtes. Vous

pouvez les encourager à lire beaucoup et à s'intéresser au monde, à poser des questions et à se forger leurs propres opinions.

Vos enfants ont besoin d'avoir une vie en dehors de l'école. Si vous prolongez trop leur scolarité à la maison en donnant beaucoup d'importance aux devoirs ou en complétant les cours par votre propre savoir, l'école risque de prendre une place trop grande dans leur existence. Ce que leurs professeurs ont pu leur dire, vous n'avez pas besoin de le leur répéter. Une fois suffit. Ne leur laissez pas entendre que le professeur n'a fait son travail qu'à moitié ou que vous en savez plus que lui, car vous discréditeriez l'école à leurs yeux (Loi n° 62). En revanche, vous pouvez leur dire, par exemple: « Tu dois faire ce qu'on te demande de faire, même si tu n'es pas d'accord, et comme le professeur t'a déjà dit ce qu'il avait à te dire, je n'ai pas l'intention de le répéter. » Ensuite, changez de sujet.

Bien sûr, il faut qu'ils fassent leurs devoirs. Il faut aussi que vous leur demandiez où ils ont mis leurs vêtements de sport pour pouvoir les laver, mais il convient aussi de leur permettre d'oublier l'école le plus possible. Quand vos enfants grandiront, l'école représentera une part plus importante de leur existence, avec des horaires plus lourds, davantage de devoirs et la pression des examens. C'est pourquoi il importe que vous leur permettiez de se changer les idées en dehors de leur journée scolaire.

Il est bien sûr recommandé de manifester de l'intérêt pour leurs activités scolaires et de discuter avec eux de certains sujets étudiés s'ils y sont disposés, mais en les laissant respirer et en leur permettant de penser à autre chose et d'élargir leurs horizons.

> Vos enfants ont besoin d'avoir une vie en dehors de l'école.

Loi n° 68

Ne les dorlotez pas

Je suis sûr que dans la classe de votre enfant, certains élèves sont souvent absents, surtout en hiver. Parce qu'ils ont attrapé froid ou sous le prétexte d'une toux ou de je ne sais quelle allergie imaginaire*, leurs parents les gardent au chaud à la maison. Ou bien, ils sont dispensés de sport ou de piscine. J'avais un camarade de classe qui restait à la maison à chaque fois que son rhume des foins le titillait. Il manquait des cours importants, et ses copains avaient l'habitude de passer tout l'été sans le voir. Or, sa maison était entourée d'un impressionnant jardin : les symptômes de son rhume des foins s'y manifestaient donc certainement de façon plus forte qu'à l'école, où le sol était goudronné.

J'ai fini par constater que les parents qui dispensaient le plus facilement leurs enfants d'aller à l'école étaient aussi ceux qui se mettaient le plus souvent en arrêt de travail. Leurs enfants prenaient le pli et devenaient comme eux.

J'aimerais dire quelque chose à ces parents-là (dont vous ne faites évidemment pas partie) : si vous avez attrapé un rhume, vous serez enrhumé, que vous soyez au bureau ou à la maison. Pour vos enfants, c'est la même chose, et ce n'est pas leur rendre service que leur apprendre que le monde doit s'arrêter de tourner chaque fois qu'ils ont un petit

---

* Je sais bien que certaines allergies sont réelles et à prendre très au sérieux. C'est justement la raison pour laquelle je suis scandalisé par les fausses allergies, qui contribuent à miner la crédibilité des vraies.

dérangement. Leurs futurs employeurs ne vous en seront pas non plus reconnaissants et, même s'ils travaillent bien, ils risqueront de rater une promotion par manque d'assiduité.

Où sont donc les valeurs traditionnelles, la rigueur morale, le goût de l'effort et tout le reste ? Nous autres, nous voulons des enfants robustes et endurcis, et non pas des petits papillons futiles et souffreteux. J'ai eu l'occasion de travailler avec des gens qui étaient toujours sur la brèche, même quand ils n'étaient pas du tout en forme, aussi bien qu'avec des gens qui se mettaient en arrêt maladie pour un oui ou pour un non. Je peux vous dire que les premiers tombaient malades moins souvent que les derniers.

Bien sûr, si votre enfant est vraiment malade, vous le garderez à la maison, mais uniquement dans ce cas. Si votre enfant est assez bien portant pour déambuler et pour se servir de ses mains et de sa tête, il peut le faire aussi bien à l'école. Il ne devrait rester à la maison que s'il est assez malade pour passer toute la journée au lit. Manquer les cours et manquer aux camarades n'est jamais souhaitable, et ne parlons pas de l'argument des microbes à ne pas transmettre aux autres. Ces microbes, où donc croyez-vous qu'il les a attrapés? Et si le mal est assez bénin pour que votre enfant puisse aller à l'école, il sera tout aussi bénin pour le reste de la classe.

Par conséquent, ne dorlotez pas vos enfants. Soyez compréhensif, car être malade n'est jamais agréable, mais ne leur apprenez pas que c'est une excuse pour rester à la maison.

Où sont donc les valeurs traditionnelles,
la rigueur morale, le goût de l'effort
et tout le reste?

Loi n° 69

Relâchez la pression

Vos enfants seront amenés à devoir réussir des examens. Ce seront des examens de fin de trimestre ou de fin d'année ou du contrôle continu, et leurs résultats conditionneront dans certains cas le passage au niveau supérieur ou l'admission dans telle ou telle filière d'orientation.

Ils le savent. Leurs professeurs ne cessent de le leur rappeler. Leurs copains leur en parlent aussi. Ils en parlent entre eux. Ils n'ont donc vraiment pas besoin de vous entendre le leur rappeler à votre tour. Une pression trop forte risquerait d'être contre-productive et de causer à vos enfants des problèmes psychologiques réels et parfois préoccupants.

Quel est donc votre rôle ? Les aider à voir les choses dans leurs justes proportions. À seize ans, par exemple, votre enfant risque d'avoir l'impression que toute sa vie dépend des résultats de ses examens. En réalité, elle n'en dépend probablement pas*. En ce qui me concerne, j'avais raté mon brevet des collèges, et je n'en ai jamais souffert. On sait qu'Einstein avait raté son premier examen d'entrée (ah, comme il est agréable de se situer dans un classement juste après Einstein).

Il faut que vous réalisiez que ces histoires d'examen sont stressantes pour votre enfant. La pression qu'il ressent est sans doute déjà forte, même sans que vous y contribuiez. Par conséquent, au lieu d'en rajouter, remettez plutôt les choses en perspective. Votre rôle est de rassurer

* Sauf s'il tient absolument à devenir médecin, vétérinaire ou astrophysicien, auquel cas je reconnais que ses résultats seront déterminants pour la suite.

votre enfant en lui rappelant qu'il y a dans l'existence des choses plus importantes que la réussite scolaire et universitaire et qu'on peut très bien rater des examens et réussir sa vie. Bien sûr, mieux vaudrait qu'il réussisse ses examens, mais s'il ne réussit pas, le monde ne s'écroulera pas pour autant. Ce n'est pas en ajoutant à la pression, mais plutôt en le rassurant que vous augmenterez ses chances de réussir.

Maintenant, supposons que votre enfant ne se préoccupe vraiment pas assez de son cursus et qu'il ne prenne pas assez au sérieux l'importance des études. Vous pouvez alors attirer son attention sur les enjeux, mais sans lui dire qu'il doit travailler avec plus d'ardeur, sans lui demander s'il peut vraiment se permettre de regarder la télévision ou de sortir avec ses amis. Demandez-lui plutôt à combien il évalue ses chances de réussir l'examen, ou s'il a pensé à ce qui arrivera s'il le rate.

Au bout du compte, c'est à lui de décider de l'effort qu'il consacrera à sa scolarité. Vous ne pouvez pas le forcer à travailler. Même en l'enfermant dans sa chambre à double tour, vous n'obtiendriez aucune garantie. Par conséquent, au lieu d'accroître la pression qui pèse sur lui, pourquoi ne pas lui offrir plutôt le moyen d'y échapper ? Quand il aura compris que vous ne comptez pas l'obliger à travailler, il sera bien plus enclin à cultiver l'autodiscipline.

Au bout du compte, c'est à lui de décider de l'effort qu'il consacrera à sa scolarité.

Loi n° 70

Il faut qu'ils fassent leurs propres choix

À seize ans, j'avais décidé de travailler à l'Office national des forêts. Alors que ma candidature avait été acceptée et que j'allais commencer ma formation, j'avais tout à coup annoncé que, en réalité, je voulais étudier l'art. Cela fait certes une différence. Ma mère avait sûrement son idée sur la question mais, de façon admirable, elle a su la garder pour elle et me soutenir dans mon choix. Aujourd'hui, je n'ai toujours aucune idée de ce qu'elle pensait alors être le mieux pour moi.

Si vous vous souciez un tant soit peu de vos enfants, vous avez fatalement votre opinion sur leurs choix. Vous craignez qu'ils ne choisissent un domaine d'études trop ardu, qu'ils regrettent d'avoir arrêté d'apprendre l'espagnol ou qu'ils choisissent de s'orienter vers la physique parce qu'ils aiment leur professeur. Cependant, vous n'y pouvez rien. Vous pouvez seulement les aider à prendre la meilleure décision dont ils soient capables (avec précaution, sans exercer de pression ni exprimer de préférence), après quoi vous devez les soutenir, même si vous craignez qu'ils n'aient pas fait le meilleur choix.

Posez-vous aussi quelques questions : que se passera-t-il s'ils ne font pas les choix qui vous paraissent les meilleurs ? Est-ce pour eux ou pour vous-même que vous souhaitez qu'ils choisissent telle ou telle filière ? En toute conscience, vous ne voudriez certainement pas pousser vos enfants vers une orientation qui ne correspondrait pas à leurs propres préférences, mais on a vite fait de penser qu'on sait mieux qu'eux.

Même en croyant choisir au mieux de leur intérêt, vous risquez d'être dans l'erreur.

Votre rôle de parent, je le répète, est bien plus élargi que celui de l'école. Ce que vous devez leur apprendre, ce n'est pas une simple discipline comme la chimie, la musique ou le français : vous devez leur apprendre à se débrouiller dans la vie et, entre autres, à savoir prendre des décisions. En les empêchant d'en prendre, vous ne les aideriez pas.

En ce qui me concerne, je ne suis finalement devenu ni agent des eaux et forêts, ni artiste. J'ai exercé diverses activités avant de me consacrer durablement à l'écriture. J'ai un ami qui avait eu bien du mal à choisir entre le latin et le russe et qui dirige aujourd'hui une agence de recrutement. J'ai une amie qui, à l'université, hésitait entre la philosophie et la sociologie : elle travaille maintenant dans une association pour la protection de l'environnement. Je connais deux personnes qui sont diplômées en chimie : l'un fait une brillante carrière dans une banque d'affaires, l'autre a très bien réussi comme amuseur public (vraiment). Je connais même un homme de soixante-douze ans qui avait abandonné l'école à quinze ans pour devenir agent des douanes et qui, passé la soixantaine, s'est inscrit à l'université de droit et est devenu avocat.

Comme vous pouvez le constater, nos choix ont une certaine influence sur notre existence, mais pas nécessairement comme nous l'avions envisagé. Par conséquent, autant que vos enfants étudient ce qu'ils ont envie d'étudier. Si vous leur avez permis d'acquérir l'assurance et le savoir-faire dont ils ont besoin, ils seront capables, quels que soient la filière suivie et les diplômes obtenus, de trouver la voie qui leur conviendra.

> Vous devez les soutenir même
> si vous craignez qu'ils n'aient
> pas fait le meilleur choix.

Les Lois concernant l'éducation des adolescents

Si vous avez assimilé tout ce qui précède, vous êtes déjà un parent averti et vous savez, la plupart du temps, ce que vous faites. Cependant, les nouveaux défis qu'apporte l'adolescence ont de quoi vous laisser démuni.

Lorsque votre enfant parvient à l'adolescence, vous vous êtes déjà acquitté de bien plus de la moitié de votre tâche de parent, et il ne vous reste plus que quelques années pour lui inculquer les valeurs et les règles qui vous semblent essentielles à son entrée dans la vie d'adulte. Soudain, tout se passe comme s'il jetait par la fenêtre tout le travail que vous avez accompli jusqu'à présent.

En réalité, si vous gardez la tête froide et si vous suivez les Lois essentielles que je vous présente dans cette partie, vous verrez votre enfant devenir un vrai adulte dont vous pourrez être fier.

Loi n° 71

Ne paniquez pas

L'adolescence, je connais. Je suis passé par là. C'est un phénomène vraiment déstabilisant. Soudain, votre adorable petit enfant tout mignon se transforme en un curieux personnage, que vous ne reconnaissez plus. Au mieux, il devient maussade et renfermé, au pire, un monstre infernal.

La première règle est donc de ne pas céder à la panique. Le phénomène auquel vous assistez est tout à fait normal. La plupart des parents y sont confrontés. Rares sont ceux qui y échappent, et chez ceux qui ont plus d'un enfant, passer toute la période de l'adolescence sans souffrances est un fait rarissime. Ce n'est sans doute même pas quelque chose de sain.

Vous rappelez-vous la période du « non », ce moment difficile autour des deux ans, quand votre enfant, se rendant compte qu'il n'était pas une extension de ses parents, se mettait à tester les limites de ce qu'il pouvait se permettre ? L'adolescence, c'est le retour de cette période, mais en bien plus fort et plus inquiétant. Votre enfant doit trouver son propre chemin, et il faut qu'il soit capable de le faire seul. C'est le moment où il se libère, et où il n'est pas toujours d'accord avec vous pour savoir jusqu'où il peut s'aventurer.

Ajoutez à cela toutes sortes de montées et de fluctuations hormonales, qui peuvent véritablement affecter la fonction cérébrale et les qualités de communication (si vous ne me croyez pas, faites une petite recherche

sur Internet des découvertes scientifiques sur ce sujet), et il ne faut pas vous étonner d'avoir des ennuis en série.

J'ai connu des adolescents qui avaient dépassé le stade de la crise existentielle à seize ou dix-sept ans et d'autres qui ne l'atteignaient qu'à vingt ans révolus, mais pratiquement tous passent par ce stade à un moment ou à un autre et à un degré plus ou moins fort. De façon générale, ceux qui se complaisent dans leur rôle d'enfant et aiment se faire dorloter font leur crise d'adolescence plus tard que ceux qui ont toujours été impatients de parvenir à l'âge adulte, mais ils ont tous besoin de passer par ce stade pour pouvoir s'affranchir de leurs parents.

J'ai une amie qui avait cru pouvoir échapper à ce problème, sa fille ayant atteint l'âge de dix-huit ans sans le moindre signe visible de crise d'adolescence. Six mois plus tard, patatras ! Au moment où la plupart en sortaient, elle en présentait tous les symptômes classiques. Mieux vaut donc rester toujours attentif.

Heureusement, une fois l'orage passé, on retrouve l'enfant qu'on avait connu : changé, certes, plus mature et plus sage, mais les valeurs et les idéaux que vous aviez passé tant de temps à lui transmettre sont là, intacts. Il suffisait donc de garder la foi et de tenir le bon cap pendant quelques années, jusqu'à ce que tout rentre dans l'ordre.

> L'adolescence, c'est le retour
> de cette période, mais en bien plus fort
> et plus inquiétant.

Loi n° 72

N'oubliez pas la troisième loi de Newton

Vous aimez intensément vos enfants. Il vous est donc bien difficile de les voir faire des erreurs dont vous pensez qu'ils les regretteront amèrement plus tard. Avec le temps, vous vous êtes habitué à les laisser faire de petites erreurs comme manger trop de gâteaux ou prendre trop de vitesse à vélo dans les descentes. Cependant, plus le temps passe, plus leurs erreurs sont conséquentes.

Maintenant, ils boivent trop d'alcool pendant leurs soirées ou portent des vêtements trop décolletés. Peut-être devrez-vous aussi supporter qu'un de vos enfants décide de quitter le lycée à seize ans alors même que vous espériez qu'il ferait des études longues, et qu'un autre renonce à un petit boulot intéressant parce qu'il a la flemme de se lever tôt. C'est bien plus ennuyeux que l'excès de gâteau à trois ans. Les enjeux ne sont plus les mêmes.

Pire, vous risquez même de les voir répéter vos propres erreurs : abandonner la filière scientifique simplement parce qu'ils n'aiment pas leur professeur de mathématiques, dépenser tout leur argent de poche de façon inconsidérée pour s'acheter un scooter qui ne fonctionne pas bien, etc. Vous les aviez probablement avertis. Vous avez même dû insister… mais vous, aviez-vous écouté vos parents, à l'époque ?

À moins que votre enfant ne mette sa vie en grand danger, il faut que vous le laissiez faire. Parfois, vous n'avez pas le choix, même en cas de danger. Plus vous essaierez de raisonner votre enfant, plus

vous le pousserez dans la mauvaise direction. Il a besoin de marquer son opposition à quelque chose, il est programmé pour cela. Vous souvenez-vous de la troisième loi de Newton? Tout mouvement entraîne une réaction égale et opposée. Newton aurait aussi bien pu appeler ce principe la loi des adolescents.

Par conséquent, que faire quand vous les voyez mal tourner? Vous pouvez leur dire ce que vous en pensez, mais n'allez pas leur dire ce qu'ils doivent faire. Parlez-leur comme on parle à ses égaux. Pas « Je vais te dire ce que j'en pense, tu es complètement cinglé ! », mais plutôt « C'est ton choix, mais as-tu pensé à la façon dont tu devras financer ton année si tu dépenses ton argent comme cela ? ». Parlez-leur comme on parle à des adultes, et peut-être réagiront-ils en adultes: si ce n'est pas cette fois-ci, ce sera la suivante. Ils seront certainement plus enclins à tenir compte de votre avis s'ils savent que ce sera un discours d'égal à égal.

> Mais vous, aviez-vous écouté vos parents, à l'époque ?

Loi n° 73

Donnez-leur voix au chapitre

Vos enfants ont besoin d'apprendre à faire des choix et à prendre leurs propres décisions. Ils doivent aussi apprendre à travailler en équipe, à négocier et à faire des compromis. Quel meilleur moyen de leur inculquer tout cela que de les impliquer dans les décisions familiales ? Il importe de les consulter dès qu'une décision les concerne, comme vous souhaiteriez qu'on vous consulte dans le cas d'une décision à prendre vous concernant.

Bien sûr, ils n'auront pas toujours le pouvoir de décider. Il faut qu'ils comprennent que lorsqu'il s'agit de votre maison et de votre argent, c'est finalement vous qui disposez du droit de veto. Vous n'allez pas ajouter trois pièces à votre maison simplement parce que vos enfants le désirent, mais vous pouvez au moins discuter avec eux de la façon dont il serait possible de réaménager l'espace.

À mesure que vos enfants grandissent, il importe qu'ils s'habituent à participer aux décisions, à être consultés et à être traités de plus en plus comme des adultes. Pourquoi ne choisiraient-ils pas la couleur des murs de leur chambre, surtout s'ils doivent les repeindre eux-mêmes ? Je me rappelle le jour où un de mes fils, adolescent, avait entrepris de reboucher un petit trou dans un des murs de sa chambre. À la fin, le mur était grumeleux et bosselé sur une largeur de vingt centimètres. Je n'ai pas réparé cela, je l'ai conservé en souvenir de sa première tentative de décorer la pièce. Mon fils n'habite plus chez moi depuis longtemps, il sait maintenant très bien peindre et bricoler, mais la zone

bosselée est toujours là pour m'empêcher d'oublier qu'il faut toujours laisser ses enfants commencer*.

Comment vous y prenez-vous pour organiser des vacances en famille ? C'est à vous de gérer le budget, mais vos enfants, arrivés à l'adolescence, peuvent bien participer au choix de la destination. Conservez un droit de veto, mais accordez-leur un droit de veto également.

Bien sûr, il ne s'agit pas simplement pour eux d'apprendre à faire leurs propres choix. Il faut aussi qu'ils aient le sentiment qu'ils participent à la vie de la maison et aux décisions qui affectent l'ensemble du foyer. Cela peut s'appliquer aussi à la fixation des règles. Lors de la coupe mondiale de rugby, les membres de l'équipe britannique s'étaient concertés pour fixer les règles qui allaient leur permettre de gagner. Parce qu'ils avaient tous participé à leur mise au point, ils les ont suivies scrupuleusement et ont ainsi remporté la coupe (en d'autres termes, c'étaient « leurs » règles).

Naturellement, plus vous trouverez d'occasions de traiter vos adolescents comme des adultes responsables, meilleures seront vos relations et plus ils auront envie de se comporter comme des adultes responsables. Cela ne peut qu'être souhaitable pour tout le monde.

> Il faut qu'ils aient le sentiment
> qu'ils participent.

* Ce n'est pas que je donne à cette boursouflure un aspect sentimental. En fait, je la conserve surtout pour pouvoir taquiner mon fils de temps à autre.

Loi n° 74

Ne regardez pas sous leur matelas

Les adolescents s'intéressent à des choses dont vous n'avez pas envie d'entendre parler. Bien sûr, en réalité, vous êtes au courant, et c'est bien la raison pour laquelle vous vous faites du souci. Si vous n'en saviez rien, vous seriez bien plus heureux.

Votre fille est allée plus loin avec son petit ami que ce que vous auriez voulu ? Votre fils se procure des magazines pornos ? Ils ont déjà fumé leur première cigarette, et peut-être leur a-t-on déjà proposé autre chose mais il n'y en a aucune trace dans leur chambre, inutile de chercher. Vous voilà un peu rasséréné ? Bien. N'allez pas regarder sous leurs matelas, ni lire leurs journaux intimes.

Ce que des millions de parents avant vous n'ont jamais trouvé, vous n'allez pas le trouver non plus. Vous ne découvrirez même probablement rien de plus que ce que vos propres parents ont pu découvrir à votre sujet, et ce que vous découvririez, qu'en feriez-vous ? Iriez-vous demander des comptes à vos enfants ? Je ne le crois pas. Le résultat serait que votre relation en souffrirait grandement et qu'ils trouveraient une autre cachette.

Songez un moment à ce que vous vouliez cacher à vos parents quand vous étiez vous-même adolescent. Ne continuez-vous pas à leur dissimuler certaines choses ? Vous voyez, vos enfants sont des adolescents tout ce qu'il y a de plus normaux. Si quelque chose leur échappe ou devient un vrai problème pour eux, ils ont bien plus de chances de

venir vous en parler si vous évitez de faire toute une histoire de tout ce qui, finalement, est absolument normal. Ils sauront qu'ils peuvent discuter avec vous sans craindre de votre part une réaction irrationnelle. C'est là ce qui est réellement important.

Vous n'avez vraiment aucune raison de vous faire du souci. Tenez-vous-en à ce que vous leur avez appris depuis une douzaine d'années, et pensez à la Loi n° 72: plus vous leur causerez de tracas et pires ils seront. Laissez-les donc tranquilles.

Par ailleurs, le seul fait d'éviter d'aller mettre le nez dans leurs affaires vous permettra d'avoir avec eux des liens plus solides. Ils vous respecteront davantage parce que vous aurez préservé leur intimité (ils ne vous le diront évidemment pas) et parce que vous aurez fait preuve d'une attitude réaliste de parent moderne.

> Les adolescents s'intéressent à des choses dont vous n'avez pas envie d'entendre parler. Bien sûr, en réalité, vous êtes au courant, et c'est bien la raison pour laquelle vous vous faites du souci.

Loi n° 75

Les élever dans un cocon ne leur rendra pas du tout service

Le temps qui vous est imparti pour élever votre enfant est de dix-huit ans. Comment avez-vous employé le temps passé, et que vous reste-t-il ? Une fois le compte à rebours terminé, vote enfant sera livré à lui-même, ce qui signifie qu'il devra être capable de faire les courses, de préparer des repas, de tenir une maison propre et rangée (du moins dans une certaine mesure), de faire lui-même sa lessive, de payer ses factures, de gérer son budget et tout le reste.

Je connais des parents – et sans vouloir être sexiste, ce sont presque toujours des mères – qui continuent de s'occuper de leurs enfants passé dix-huit ans. Les enfants, qui ne sont pas bêtes, les laissent faire. J'ai même un ami qui a trente-cinq ans et qui porte encore son linge sale chez sa mère, non pas pour lui emprunter sa machine à laver, ce que l'on pourrait encore comprendre, mais pour qu'elle le lui lave. Pour que cela fonctionne, il faut être deux.

Il ne reste plus que quelques années avant l'indépendance de votre enfant, et si, à dix-huit ans, il ne s'est encore jamais servi d'une machine à laver et n'a encore jamais préparé lui-même un repas digne de ce nom, pourra-t-on dire que vous l'avez préparé à la vie d'adulte ? Peut-être ne se rendra-t-il pas compte du handicap que cela représente, mais vous ne pouvez pas ignorer que ce n'est pas en dorlotant un enfant ainsi qu'on lui donne les armes qui lui permettront d'affronter le monde réel (voir Loi n° 68).

Personne ne connaît mieux que vous les points forts et les points faibles de votre enfant. Réfléchissez à ce qu'il a besoin d'apprendre, et faites en sorte qu'il l'apprenne. S'il fait n'importe quoi de l'argent, apprenez-lui à le gérer. Faites-lui faire les courses de la semaine avec le budget que vous y consacrez habituellement, ou soyez ferme sur votre résolution de ne pas financer son abonnement au réseau mobile au-delà du montant convenu.

Confiez-lui pour une semaine la responsabilité du lavage du linge de toute la famille (à titre de compensation, vous pourrez, par exemple, le dispenser de faire la vaisselle cette même semaine). Ainsi, il apprendra à se servir d'une machine et il comprendra ce que c'est que de devoir accrocher tout le linge pour le faire sécher, puis le décrocher et le plier (et peut-être réfléchira-t-il ensuite à deux fois avant de mettre au panier de linge sale des vêtements à peine portés).

À partir de quinze ans environ, vous pouvez même lui confier la maison quand vous devez vous absenter quelques jours. Oui, je sais ce que vous pensez. Il faudra que vous trouviez une raison assez valable à ses yeux de s'abstenir d'inviter tous ses amis à une orgie. Qu'il sache aussi qu'un voisin ou un de vos amis aura un œil sur lui.

Vous pouvez bien trouver une façon intéressante et suffisamment attrayante de lui apprendre ce qu'il aura besoin de connaître dans la vie : il ne la trouvera pas toujours attrayante, mais quand l'effet de nouveauté sera passé, il aura au moins appris quelque chose.

> Il ne reste plus que quelques années
> avant l'indépendance de votre enfant.

Loi n° 76

N'essayez pas d'affronter l'adolescence

Vous le savez à présent, il faut que vos enfants puissent faire leurs propres erreurs (Loi n° 72). Voilà une question réglée. Lesquelles des décisions suivantes avez-vous l'intention de les laisser prendre eux-mêmes ?

- Rouler à moto
- Sécher les cours
- Utiliser des mots grossiers*
- Essayer la drogue
- Fumer
- Avoir des rapports sexuels avant seize ans

C'est bien problématique. On dirait que les choses se compliquent ! Pouvez-vous vraiment laisser vos enfants faire tout cela ? Voyons la chose sous un autre angle : comment comptez-vous les en empêcher ? Vos moyens de contrôle sont maintenant très limités. Vous pouvez leur crier après (voir Loi n° 77), mais ils n'y seront plus aussi réceptifs qu'ils pouvaient l'être à l'âge de cinq ans. Songez aussi qu'ils sont maintenant capables de vous répondre sur le même ton, et peut-être même de crier plus fort que vous. Vous pouvez leur serrer la vis, mais ils sauteront par la fenêtre comme tout adolescent qui se respecte, ou ils donneront le change jusqu'au moment où vous relâcherez à

---

* Ma mère avait mis au point un système fameux. À partir de quatorze ans, nous avions le droit d'employer les gros mots les moins choquants, à partir de seize ans le mot P., et le reste à dix-huit ans. Avec six enfants, cette règle n'était pas du tout facile à faire respecter, mais elle y parvenait.

nouveau votre attention, et il leur suffira ensuite de prendre davantage de précautions pour ne pas se faire prendre sur le fait. Vous pouvez leur couper les vivres, mais ils sont maintenant assez grands pour gagner leur propre argent.

Je connais un jeune homme qui a été déshérité (il était issu d'une famille richissime) simplement parce qu'il s'était rasé la tête. Cela n'a pas suffi pour qu'il décide de laisser ses cheveux repousser. Si le souci de ne pas perdre un héritage à sept chiffres n'est pas une motivation suffisante, rien ne peut l'être (en l'occurrence, le père est mort inopinément avant de s'être calmé et d'avoir pu revenir sur sa décision, si bien que le fils a perdu cet héritage pour de bon).

Fondamentalement, vous n'avez pas le choix. À l'adolescence, votre enfant se comportera comme un adolescent, quoi que vous fassiez. Vous pouvez l'accepter ou le refuser mais, dans ce dernier cas, votre enfant risque davantage encore de prendre des décisions que vous n'approuvez pas.

Bien sûr, il y a encore une chose que vous pouvez faire : lui faire confiance. Tout adolescent se voit proposer tôt ou tard ce à quoi ses parents ne veulent pas qu'il touche : sexe, cigarette, drogue. Si vous faites confiance à son sens des responsabilités, il y a de bonnes chances pour que votre enfant ne vous déçoive pas. Et s'il vous déçoit, dites-vous que vous n'auriez rien pu faire d'autre. Croyez-moi.

> À l'adolescence, votre enfant se comportera comme un adolescent, quoi que vous fassiez.

Loi n° 77

Crier n'est pas la solution

Supposons que votre enfant ait déjà cédé à tous les vices énumérés au chapitre précédent. Une telle perspective est trop horrible à envisager ? Dans ce cas, supposons qu'il ait déjà tâté de deux de ces vices, et que la situation ait dégénéré : il est incapable de se passer de ses cigarettes, il a attrapé une maladie sexuellement transmissible ou il est sur le point de se faire exclure du lycée. Souhaiteriez-vous, oui ou non, qu'il vienne vous demander de l'aide ?

C'est ce que vous souhaiteriez, bien évidemment. La question ne se pose pas, vous ne demandez qu'à pouvoir l'aider, mais êtes-vous sûr qu'il viendra en discuter avec vous ? Qu'est-ce qui pourrait le décider à vous en parler, ou au contraire à ne pas le faire ? Tout dépend du passé. Souvenez-vous, quelques années plus tôt, quand vous aviez découvert que la moquette de sa chambre était constellée de taches de peinture, ou le jour où il vous avait promis qu'il se ferait raccompagner par les parents d'un ami et où vous vous étiez aperçu qu'il avait fait du stop pour rentrer. Comment aviez-vous réagi ?

Lui aviez-vous crié après ? Aviez-vous malencontreusement affirmé qu'il vous était impossible de lui faire confiance ? Ou bien, aviez-vous eu avec lui une discussion sérieuse, dans le calme, pour lui expliquer les raisons de vos inquiétudes ?

Crier, tempêter, lancer des imprécations, cela peut se justifier, mais le fait est que c'est absolument contre-productif : vous obtenez le contraire

de ce que vous vouliez. Si vous souhaitez que votre enfant se confie à vous quand quelque chose ne va pas, encore faut-il qu'il ait des raisons de penser que vous prendrez la chose au sérieux mais sans sortir de vos gonds. C'est peut-être désagréable à entendre (ou à lire), mais c'est ainsi. Vous ressentiez sans doute les choses de la même manière quand vous aviez son âge. Si vos parents avaient tendance à s'emporter, je suis sûr que vous n'étiez pas tenté de leur confier la moitié de ce que tel ou tel de vos amis confiait à ses parents qui étaient des gens calmes.

Votre enfant a très probablement conscience d'avoir fait quelque chose de mal ou de stupide. Peut-être est-il mal à l'aise, peut-être en a-t-il honte. Il n'a vraiment pas besoin de cris ni d'une humiliation supplémentaire. Si vous réagissez avec calme, il peut même vous en être très reconnaissant, et cela l'incitera à vous écouter davantage la prochaine fois que quelque chose n'ira pas.

N'oubliez pas que vos enfants évaluent vos réactions probables dans l'avenir en fonction de la façon dont vous réagissez aujourd'hui face à des problèmes mineurs. Quand vos enfants atteignent un certain âge, votre façon de jouer votre rôle de parent doit changer entièrement. Vous ne pouvez plus continuer à leur dicter ce qu'ils doivent faire et ce qu'ils ne doivent pas faire. Votre rôle devient celui d'un mentor, d'un conseiller. Il faut qu'à dix-huit ans, vous puissiez les traiter pratiquement comme vos égaux. Bien sûr, tant qu'ils sont chez vous, ce sont les règles de votre maison qui s'appliquent, y compris envers vos amis et le reste de la famille. En revanche, vous n'avez pas de contrôle sur ce qu'ils font de leur vie, et il n'est pas judicieux de faire comme si vous l'aviez, surtout à partir du milieu de l'adolescence. Par conséquent, renoncez à hausser le ton et commencez à leur parler comme à des adultes. La tâche est parfois véritablement ardue, mais c'est la seule méthode efficace.

Quand vos enfants atteignent un certain âge, votre façon de jouer votre rôle de parent doit changer entièrement.

Loi n° 78

Tout a une contrepartie

Une des choses les plus essentielles que vos enfants doivent connaître dans la vie, c'est que droits et devoirs vont de pair. Et c'est à vous de le leur apprendre.

Ainsi, par exemple, vos enfants peuvent revendiquer le droit d'être traités comme des adultes. Dans ce cas, il faut qu'ils comprennent que ce droit s'accompagne d'un devoir, celui de se comporter comme des adultes. S'ils refusent le devoir, ils perdent le droit.

À l'adolescence, ce principe n'est pas à négliger. Pour chaque droit que vos enfants revendiquent (et Dieu sait si les adolescents revendiquent des droits), soulignez la responsabilité que celui-ci implique. J'ai des amis qui appliquent ce principe à l'argent de poche. Leurs enfants ont droit à une certaine somme chaque semaine, mais cela s'accompagne d'un devoir dans la maison : qu'ils s'acquittent de certaines tâches, comme débarrasser la cuisine après le repas, limiter le désordre, etc. S'ils manquent à ce devoir, ils perdent leur argent de poche.

Il en est de même du droit d'être traité avec respect. Ce droit implique le devoir de traiter les autres avec respect. Si vos enfants vous répondent mal ou lèvent le ton, ils perdent ce droit. Vous pouvez dès lors cesser de leur prêter une oreille attentive, jusqu'à ce qu'ils deviennent plus respectueux.

Quand vos enfants seront livrés à eux-mêmes, confrontés à ce vaste monde, il faudra bien qu'ils aient assimilé ce principe. Ils ne pourront

pas continuer à ignorer que rien n'est gratuit. L'adolescence est le moment idéal pour apprendre le lien entre droits et devoirs. Tout a une contrepartie, qu'il s'agisse de respect, d'argent, d'indépendance, de liberté ou de statut. Même les devoirs et les responsabilités s'accompagnent d'autres devoirs et d'autres responsabilités.

En réalité, les enfants aiment bien ce genre de règle. C'est le signe qu'ils comptent pour vous. Quand vous leur expliquez qu'ils ne peuvent pas rentrer tard d'une soirée s'ils ne prennent pas soin de vous dire où ils sont et à quelle heure ils comptent être de retour, ils sont secrètement contents de savoir que vous faites attention à eux. Certes, ils ne vous le diront pas, mais ils vous préciseront l'heure à laquelle ils comptent rentrer, car ils auront conscience qu'autrement ils n'auraient plus le droit de sortir tard le soir.

Par conséquent, soyez bon avec vos enfants. Chaque fois qu'ils attendront quelque chose de vous, dites-leur ce que vous attendez d'eux en retour. Ainsi, ils apprendront la valeur des droits et ce sera une bonne préparation pour l'avenir. Cela vous facilitera aussi la vie.

L'adolescence est le moment idéal pour apprendre le lien entre droits et devoirs.

Loi n° 79

Faites preuve de respect pour tout ce qui compte à leurs yeux

Je connais quelqu'un qui avait eu des problèmes psychologiques à l'adolescence. Il avait pris l'habitude de passer tout le temps qu'il pouvait dans sa chambre à écouter de la musique. C'était de loin ce qui lui apportait le plus de plaisir. Avec le temps, les choses n'ont fait qu'empirer, même après qu'il a quitté la maison de ses parents. Bien plus tard, il m'a expliqué qu'une des choses ayant le plus sapé sa confiance en lui-même avait été la façon dont ses parents lui rebattaient les oreilles à propos de l'affreuse musique qu'il écoutait.

Comme vous pouvez le constater, critiquer les choix des adolescents, c'est critiquer ce qu'ils sont. C'est un âge où l'ego est fragile, et l'on a vite fait de leur donner l'impression qu'on les condamne, ou même, qu'on ne les aime pas. Qu'il s'agisse du genre de musique qu'ils écoutent, de leurs idées politiques, de la façon dont ils s'habillent ou de leur décision de devenir végétariens, ils ont besoin de savoir que vous l'acceptez.

C'est l'un des paradoxes de l'adolescence. D'un côté, vos enfants veulent se rebeller, faire des choses qui vont vous choquer et, d'un autre côté, ils recherchent votre approbation. C'est certes problématique pour vous, mais c'est pire pour eux. Ils se débattent dans un processus de transition de l'enfant dépendant à l'adulte indépendant et, la moitié du temps, ils ne savent pas eux-mêmes ce qu'ils veulent. À un moment, ils veulent grandir le plus vite possible, et le moment d'après, ils ont

trop peur et veulent attendre. Tout ce qu'il faut, c'est accepter cela et éviter de les contrarier.

En même temps, intéressez-vous à ce qu'ils aiment. Ils apprécieront, même s'ils ne vous le montrent pas. N'en faites pas trop tout de même, car rien n'est plus détestable qu'un papa quadra ou quinqua jouant à être un jeune « dans le coup ». N'insistez pas trop, il s'agit simplement de montrer un peu d'intérêt. Ne faites pas semblant d'être un grand fan de leurs propres idoles ou de leur style d'habillement. Ce faisant, vous pourrez découvrir et même apprécier diverses nouveautés. C'est l'un des avantages d'avoir un adolescent à la maison : l'adolescent est assez proche de l'adulte pour avoir des centres d'intérêt évolués, et il a beaucoup à vous apprendre si vous êtes ouvert d'esprit – ce qui est évidemment le cas.

> C'est certes problématique pour vous,
> mais c'est pire pour eux.

Loi n° 80

Adoptez une attitude saine en matière de sexualité

Non, ce n'est pas de votre propre sexualité qu'il est question ici. Concernant la vôtre, je suppose qu'il n'y a pas de problème. Il s'agit de la sexualité en général, et de la sexualité de vos adolescents en particulier. S'ils n'ont pas encore une vie sexuelle (en êtes-vous sûr ?), ils en auront une tôt ou tard. Mieux vaut qu'elle soit saine et heureuse, plutôt que furtive, sale et en désordre (il est vrai qu'en désordre, elle l'est toujours).

Pour les adolescents, quel est l'unique facteur dont dépend la qualité de cette expérience ? De ce facteur dépend aussi leur capacité à retarder l'expérience jusqu'à ce qu'ils soient prêts. Ce facteur, c'est l'aisance par rapport au sujet. Plus votre enfant en saura sur la sexualité et trouvera facile d'en parler, plus il sera capable de dire non, d'exiger l'utilisation d'un préservatif et de respecter les sentiments du partenaire.

Vous pouvez considérer que le fait de parler de la sexualité (et de la drogue, de l'alcool, du tabac, etc.) à la maison est ce qui permettra à votre adolescent d'avoir assez confiance en lui-même pour prendre des décisions réfléchies le moment venu. Même des parents qui sont ouverts d'esprit et qui peuvent se targuer d'entretenir de très bonnes relations avec leurs adolescents admettent généralement qu'il s'agit du sujet de discussion le plus délicat. Une des principales raisons à cela est sans doute la difficulté qu'ont les adolescents eux-mêmes à aborder ce sujet. C'est cependant à vous de leur montrer qu'il est parfaitement acceptable et normal d'en parler.

Certes, votre enfant apprendra au collège ou au lycée les aspects techniques de la reproduction, peut-être aussi de la sexualité proprement dite, ainsi que les notions de base concernant le sida et les MST. Ce sera matière à ricanement avec les copains, mais ce n'est pas ce qui leur permettra de considérer la sexualité comme un élément normal de la vie des adultes et de comprendre le lien complexe entre sexualité et émotions. Ne comptez pas sur l'école pour leur apprendre cela, c'est à vous de le faire.

Il ne s'agit pas pour autant d'organiser un face-à-face avec votre enfant pour aborder de façon formelle le sujet de la sexualité. C'est un peu ce que j'avais essayé de faire avec un de mes enfants – probablement beaucoup trop tard, je m'en rends compte avec le recul. À la fin, je lui avais demandé s'il y avait autre chose qu'il voulait savoir. Mon fils m'avait répondu : « Non, merci, Papa. Et de toute façon, tout a changé depuis ton époque. » Je m'étais montré surpris et intrigué, mais il avait refusé de prolonger la discussion.

Il n'y a pas d'inconvénient à en discuter de façon formelle avec votre enfant si le courant passe, mais il faut surtout que la sexualité fasse partie de la conversation de tous les jours lorsque le sujet affleure, par exemple lorsqu'il est question d'un film, d'un roman ou des exploits d'un copain. Ne cherchez pas nerveusement à changer de sujet. Prenez part à la discussion et même, demandez-lui son avis. Prenez garde simplement de toujours exprimer un point de vue responsable. Cela ne signifie pas nécessairement pas de rapports sexuels avant le mariage. Il s'agit surtout de lui faire comprendre qu'on n'a pas le droit de faire n'importe quoi, de jouer avec les émotions d'autrui ou de prendre certains risques du point de vue de la santé.

Prenez garde simplement de toujours exprimer un point de vue responsable.

Les Lois pour faire face à une situation de crise

Si vous pouviez élever vos enfants sans jamais être confronté à une véritable crise, ce serait magnifique. Malheureusement, bien rares sont les parents qui ont cette chance. Un divorce, une maladie grave, une crise financière, le décès d'un proche, des violences à l'école, un licenciement, une saisie immobilière, chacun de ces événements ne constitue pas seulement un gros problème en soi. En tant que parents, vous avez aussi à vous faire du souci pour vos enfants.

Vous pouvez avoir mis au point toutes sortes de stratégies, de techniques et de règles de conduite pour affronter les problèmes qui se posent au quotidien avec les enfants, mais quand arrive ce genre de catastrophe, vous êtes souvent totalement pris au dépourvu. Vos règles habituelles ne suffisent plus. Vous risquez de vous retrouver vous-même en état de choc, de panique ou de dépression et, dans certains cas, vous vous retrouvez seul avec vos enfants. Dans une telle situation, une petite aide a des chances d'être nécessaire.

Nous allons voir maintenant quelques Lois essentielles à suivre lorsque le pire se produit. Elles vous permettront de maîtriser la situation et d'éviter de perdre pied. Vous vous en sortirez, ne serait-ce que parce que vous n'avez pas d'autre choix, et ce sera une expérience instructive pour vos enfants. Vous pouvez être sûr qu'ils en ressortiront plus forts et plus aptes à comprendre les problèmes des autres.

Loi n° 81

Ne vous servez pas de vos enfants comme munitions

Cette Loi s'applique principalement en cas de divorce, bien entendu, mais elle vous permettra aussi d'éviter le piège dans lequel vous pourriez tomber en cas de pression sur votre relation de couple, lors de certains autres types de crises. En période d'émotions fortes, toutes les émotions ont tendance à devenir plus fortes. Ce peut être un état permanent ou sporadique, mais vous serez enclin à céder à la colère et à en venir à on ne sait quelles extrémités.

Malheureusement, une des méthodes les plus efficaces dans ce genre de situation consiste à jouer sur l'attachement liant le conjoint (ou l'ex-conjoint) aux enfants. Empêcher le conjoint de les voir, ne lui permettre de les voir qu'aux moments qui ne l'arrangent pas du tout, le laisser dans l'ignorance de vos projets, ou même lâcher quelques remarques acerbes en présence des enfants pour ébranler leurs sentiments envers l'autre parent. Ou encore, faire subtilement comprendre à vos enfants que votre bonheur dépend d'eux.

Est-il vraiment important de savoir qui est à l'origine des disputes, vous ou votre conjoint ? Surtout, est-il important que vos enfants le sachent ? Tout ce qu'ils aimeraient, c'est que cela cesse. Ils ne sont pas stupides, ils comprennent ce qui est en train de se produire, du moins en partie. Ils voient bien qu'ils se retrouvent au milieu de la bataille, entre deux parents qu'ils aiment, et la situation est déjà assez invivable sans y ajouter tout cela. Ce qu'ils ignorent, c'est comment faire face à une grave situation conflictuelle, mais en observant leurs parents, ils

apprennent vite. Êtes-vous sûr de leur montrer ce que vous souhaitez qu'ils retiennent ?

Il est incroyablement difficile d'éviter d'user de ces procédés quand le conjoint ou l'ex les utilise lui-même. Il faut pourtant que vous résistiez à la tentation. À chaque mauvais coup, réagissez avec calme, avec dignité, avec honnêteté et avec intégrité. Faites en sorte de pouvoir être fier de vous-même.

J'ai une amie qui a connu un moment très difficile dans son couple. Un jour, son fils lui a annoncé que son père était d'accord pour lui offrir une mobylette pour ses quatorze ans, alors qu'il avait toujours été convenu entre les deux parents qu'il devrait attendre d'avoir dix-huit ans. À l'évidence, c'était un stratagème dirigé contre elle et destiné à acheter l'affection de l'enfant. Mon amie, furieuse, était alors bien tentée d'expliquer à son fils ce qu'elle pensait de son père et de ses façons d'agir. Elle s'en était cependant abstenue. Elle s'en était tenue à négocier en tête à tête avec son mari. Elle avait déployé des trésors de diplomatie et avait réglé le problème en obtenant un compromis : leur fils aurait la mobylette pour ses seize ans, et en attendant, son père pourrait l'emmener assister à des courses de motos une fois par mois.

Quel est l'intérêt de cette Loi? Vos enfants comprendront – maintenant ou plus tard – que vous avez fait cela pour eux. Vos liens s'en trouveront raffermis, et surtout, vos enfants en seront bien plus heureux. Vous en éprouverez vous-même bien plus de satisfaction que si vous aviez cédé au petit plaisir mesquin de monter vos enfants contre leur autre parent.

Est-il vraiment important de savoir qui a commencé ? Surtout, est-il important que vos enfants le sachent ?

Loi n° 82

Laissez-les affronter la situation à leur manière

Quand j'ai divorcé de ma première femme, il y a des années, je me suis retrouvé seul avec mes enfants et pratiquement sans ressources. Nous avons alors emménagé dans une maison en location, avec très peu de meubles. Un soir, j'ai eu une discussion avec un de mes fils. Nous étions assis sur des caisses, et la culpabilité me rongeait. Je lui ai dit : « Je suis vraiment désolé, mon vieux. Je suis tellement navré de t'infliger ça. » Savez-vous ce qu'il m'a répondu ? « Non, Papa. C'est génial ! On s'amuse vraiment bien ! »

Naturellement, ce qu'il voulait dire, ce n'est pas qu'il voulait voir ses parents se séparer. Simplement, alors que je m'inquiétais de nos conditions de vie, il avait l'impression de se retrouver en vacances prolongées et de camper. J'avais cru qu'il verrait les choses comme je les voyais, et je m'étais complètement trompé.

Parfois, c'est l'inverse. Les enfants ressentent certaines choses bien plus intensément que nous. Déménager à cause de votre nouveau travail ne vous pose peut-être pas de problème, mais pour votre fille de quatorze ans, il se peut que ce soit une catastrophe. Son choc émotionnel est tout ce qu'il y a de plus réel et doit être pris au sérieux. Vous ne pouvez pas vous contenter de lui demander de s'endurcir, ni lui faire valoir qu'elle pourra se faire de nouveaux amis et rester en contact avec les anciens grâce à Internet (« et tu sais, à mon époque, on n'avait pas ça ! »).

À partir du moment où vous êtes confronté aux émotions de vos enfants, et plus particulièrement dans une situation de crise de quelque sorte que ce soit, la façon dont *vous-même* ressentez les choses ne compte pas. La seule chose qui compte, c'est ce qu'eux ressentent. Souciez-vous de votre enfant et de ce qu'il ressent, et ne pensez plus à vous. J'ai une amie très chère dont le conjoint est mort brutalement. Quand elle a appris la triste nouvelle à ses enfants, ils ont éprouvé du chagrin à des degrés variés, mais plus tard dans la journée, elle les a vus rire et s'amuser. Elle m'a expliqué que, au début, elle a presque autant souffert de voir ses enfants s'amuser et paraître heureux qu'elle souffrait de les voir malheureux. Nos enfants réagissent de différentes façons possibles au chagrin, et il n'est pas opportun de leur demander de manifester les mêmes réactions que nous.

Ne préjugez pas de la façon dont vos enfants réagiront aux grands événements de l'existence. Comptez sur eux pour vous dire ce qu'ils ressentent, sachant que de leur côté, ils ne pensent pas avoir besoin du même soutien que vous dans les mêmes circonstances. Il se peut qu'ils aient besoin d'être entourés d'amis là où vous préféreriez vous retrouver seul. Il se peut qu'ils veuillent faire ce voyage que vous ne pouvez pas envisager, ou qu'ils tiennent à renoncer à cette soirée à laquelle vous seriez tout de même allé. Si vous avez plusieurs enfants, ils n'éprouveront probablement pas tous les mêmes sentiments. Tout cela peut impliquer des compromis et des choix difficiles et, en cas de désaccord, vous seul pourrez décider si vous voulez suivre leurs préférences ou les vôtres. L'essentiel est de prendre au sérieux leurs sentiments et leurs systèmes de défense tout autant que les vôtres ou ceux de n'importe qui d'autre.

Comptez sur eux pour vous dire ce qu'ils ressentent, sachant que de leur côté, ils ne pensent pas avoir besoin du même soutien que vous.

Loi n° 83

Ne pas croire que les jeunes tournent plus vite la page

Une idée assez répandue et cependant étrange est que les enfants se remettraient d'un choc plus vite que les adultes. J'ignore d'où elle provient, mais ce que je peux vous dire, c'est qu'elle est complètement ridicule.

Bien sûr, certains enfants s'en remettent plus vite que certains adultes, mais un traumatisme subi dans l'enfance risque davantage de ressurgir que le même traumatisme subi plus tard. Chez l'enfant, qui évolue continuellement, l'importance d'un événement passé peut varier avec le temps. Un enfant qui avait paru bien supporter un décès dans sa famille peut en souffrir énormément quelques années plus tard. Il se peut que votre enfant soit toujours hanté par quelque chose qui lui a été dit il y a cinq ans. Un enfant peut aussi espérer en secret que ses parents se réconcilieront, et se retrouver anéanti chaque fois qu'un événement vient miner un peu plus ce fragile espoir.

Nous autres adultes sommes loin d'être parfaits, mais, pour la plupart d'entre nous, nous savons le plus souvent traiter un problème et passer à autre chose. La tristesse et la douleur ne disparaissent jamais totalement, mais nous apprenons à vivre avec. Pour les enfants, c'est bien plus difficile. À mesure qu'ils changent, les émotions des événements du passé ressurgissent. Ils peuvent se remettre plus vite que nous d'un choc initial (pas toujours), mais ils ne savent pas encore gérer leurs émotions et il leur faut parfois plus de temps qu'à nous pour comprendre ce qu'ils ressentent et pour savoir ce qu'ils doivent faire.

Oublions donc cette idée absurde selon laquelle ils se remettraient des chocs plus vite que nous. Des parents avertis ne s'en tiennent pas à ce genre de cliché grotesque.

Vos enfants auront besoin de votre aide. Si votre situation financière se dégrade de façon brutale, par exemple, cela peut avoir sur eux un impact considérable. Les vacances, le téléphone portable, la voiture qui vient les chercher à la sortie de l'école sont peut-être ce qui leur permet de garder un statut honorable aux yeux de leurs copains. Pour vous, le problème est de tenir avec un budget restreint mais, pour eux, l'enjeu peut être plus important : le cercle des copains, leur confiance en eux, leur statut, leur dignité et leurs vacances. S'ils perdent tout cela, il leur faudra du temps pour s'en remettre, même si leurs parents résolvent leurs problèmes d'argent.

Montrez-leur que vous comprenez bien que leurs sentiments et leurs problèmes ne sont pas nécessairement les mêmes que les vôtres. Si vous ne pouvez pas leur rendre ce qu'ils viennent de perdre, que ce soit leur budget, leur santé, l'ambiance familiale ou le parent proche disparu, vous pouvez leur montrer que vous prenez au sérieux leurs préoccupations tout autant que les vôtres et que vous n'exigez pas d'eux qu'ils se ressaisissent plus vite qu'ils n'en sont capables.

> Nous autres adultes sommes loin d'être parfaits mais, pour la plupart d'entre nous, nous savons le plus souvent traiter un problème et passer à autre chose.

Loi n° 84

Le contrecoup peut ne jamais s'estomper

Bien sûr, vos enfants finiront par surmonter ces difficultés, ou du moins par reprendre pied dans la réalité. Le divorce de leurs parents ou le décès d'un proche est une chose qu'ils finiront par accepter. S'ils sont tombés malades ou s'ils ont été blessés et s'ils ont des séquelles, ils apprendront à assumer leur infirmité ou le fait de ne plus pouvoir manger tout ce que mangent leurs amis. S'ils ont dû emménager avec vous quelque part, ils se feront tôt ou tard de nouveaux amis et ils s'adapteront à leur nouvelle école.

Il ne faudra pas, pour autant, croire que c'est du passé. Dans certains cas, les crises n'ont qu'un temps, mais le plus souvent elles induisent un changement durable dans votre existence. Vous vous retrouvez parfois dans une situation très différente. Un enfant peut – tout comme vous – avoir fait son deuil de la mort d'un parent, mais il n'en aura pas moins grandi sans père ou sans mère. Cette situation le singularise, et le traumatisme initial se double nécessairement d'un handicap ou de problèmes durables divers. Pour un enfant ayant traversé ce genre d'épreuve, toute compétition sportive à l'école, toute remise de prix sera vécue autrement. Pour lui, à chaque anniversaire ou à chaque fête de famille, il manquera quelque chose ou quelqu'un.

Il en est de même en cas de divorce. Même si votre enfant accepte le fait que ses parents ne soient plus ensemble, même s'il peut ressentir une certaine forme de soulagement une fois passé le stade du déchirement, il devra vivre le reste de son enfance avec des parents qui

habiteront deux domiciles différents et entre lesquels la communication sera désormais plus rare et plus difficile. Ses vacances ne seront plus les mêmes. Les compétitions et les fêtes scolaires donneront lieu à des arrangements inconfortables pour éviter que les deux parents se retrouvent réunis, ou bien à des rencontres embarrassantes. Votre enfant devra aussi apprendre à s'accommoder de la nouvelle compagne de son père ou du nouveau compagnon de sa mère, et peut-être même de leurs enfants.

Imaginons que votre enfant ait été atteint d'une grave maladie ou victime d'un accident. Je connais un enfant qui a dû être amputé d'une jambe à l'âge de trois ans par suite d'un accident de voiture. Il semble s'en être remarquablement bien remis et supporter cela avec courage, mais il lui manquera toujours une jambe. Certaines activités lui seront impossibles, et dans d'autres, peut-être se sentira-t-il obligé de faire mieux que tout le monde. Quels qu'en soient les effets, positifs ou négatifs, rien ne sera comme s'il avait grandi avec ses deux jambes.

En tant que parent, vous souffrirez sans doute des conséquences à long terme sur votre enfant, mais ce ne sera pas le cas de tout le monde autour de vous. Ce ne sera pas toujours facile à supporter. Il vous arrivera de devoir attirer l'attention sur ce problème (tout en ayant peut-être le sentiment que vous ne devriez pas le faire), et vous devrez parfois apporter à votre enfant un soutien renforcé et lui manifester une compréhension toute particulière. Une catastrophe ou une crise majeure laissera chez lui des traces pour la vie, mais certains impacts peuvent aussi être positifs. Votre enfant deviendra peut-être plus indépendant, plus enclin à la compassion ou plus endurci.

> Dans certains cas, les crises n'ont qu'un temps, mais la plupart du temps elles induisent un changement durable dans votre existence.

Loi n° 85

Expliquez-leur ce qui se passe

Les enfants sont parfois très naïfs. Souvent, les petits enfants ne comprennent pas ce que peuvent être un divorce, une faillite ou un décès. Ils sont cependant incroyablement réceptifs à toute émotion présente dans leur entourage. Quand un événement se produit, ils le savent, même s'ils ignorent de quoi il s'agit.

Si quelqu'un est gravement atteint d'une maladie, si vous vous disputez avec votre conjoint (même si c'est seulement en leur absence) ou si votre situation professionnelle ou financière vous préoccupe terriblement, vos enfants s'en rendront compte. Ils n'en sauront pas les détails – tant que vous ne leur aurez rien dit – mais ils auront perçu l'essentiel.

C'est pour cela qu'il faut leur en parler. Autrement, ils n'auront pas d'autre choix que de trouver eux-mêmes une explication qui sera peut-être pire que la réalité. Un adolescent pourra très bien imaginer entre ses parents une mésentente sur le point d'aboutir à un divorce, alors que, en réalité, il ne s'agit peut-être que de soucis d'argent sans conséquences sérieuses sur votre vie de couple. S'ils ont eu vent d'une grave pathologie, ils pourront s'imaginer que c'est vous qui en êtes atteint, alors que c'est leur grand-mère – ce qui n'est certes pas réjouissant, mais bien moins grave de leur point de vue.

Laisser vos enfants dans l'ignorance de ce qui se trame ne peut rien permettre de positif. Vous ne pourrez pas le leur cacher, donc n'essayez

pas. Bien entendu, vous n'êtes pas obligé de leur conter les menus détails de l'affaire, mais dites-leur au moins de quoi il s'agit.

C'est à vous de décider quand et quoi leur dire exactement, et tout dépendra aussi de leur âge. Vous n'en direz pas autant à un enfant de deux ans qu'à un adolescent de quinze ans. En règle générale, dites-leur le minimum et répondez ensuite à leurs questions. Plus ils seront grands, plus ils vous poseront de questions. Si l'épreuve est trop difficile et douloureuse pour eux, ne leur donnez pas plus d'information que celle qu'ils vous demandent : ce qu'ils ne vous demandent pas, ils ne veulent sans doute pas le savoir. Ils vous le demanderont le jour où ils seront prêts à entendre la réponse.

Quand devez-vous leur en parler ? Au moment où ils auront remarqué quelque chose. Ne vous faites pas d'illusions en vous imaginant qu'ils n'ont pas dû s'en rendre compte parce que, en réalité, c'est vous qui n'avez pas envie d'aborder ce sujet avec eux : soyez très honnête avec vous-même. Si vos enfants sont déjà grands, ils vous aiguilleront avec leurs commentaires (« Je suis toujours le dernier à apprendre ce qui se passe ») et leurs questions (« Est-ce que ça va ? »). Si une mauvaise nouvelle se prépare inévitablement, par exemple si un proche est sur le point de mourir, laissez-leur le temps de s'y habituer plutôt que de les prévenir seulement à la dernière minute.

Tous les parents avertis que je connais se font une règle de ne jamais rien cacher à leurs enfants. Ils leur expliquent en toute sincérité et en toute simplicité ce qu'il en est. Bien sûr, c'est à vous de décider comment gérer la situation, mais si vous essayez de les tenir à l'écart du drame, ils finiront sans doute par le découvrir et ce sera pour eux un choc brutal, alors qu'il aurait mieux valu qu'ils s'y habituent. Vos enfants font partie de la famille, et tout ce qui affecte la famille les affecte nécessairement. Ils ont donc le droit de savoir.

Laisser vos enfants dans l'ignorance de ce qui se trame ne peut rien permettre de positif.

Loi n° 86

Apprenez-leur à échouer

Personne n'aime l'échec, mais pour un enfant, un échec semble parfois bien plus grave qu'il ne l'est à nos yeux. Il est bien triste que des adolescents puissent se suicider par peur de rater un examen, une perspective qui n'a rien de bouleversant du point de vue de nous autres les adultes. Or, votre enfant connaîtra inévitablement des échecs, tôt ou tard. Il peut être un élève brillant au lycée mais rater son examen de conduite, ou bien il peut ne pas être accepté dans le groupe de musique de ses copains parce qu'il ne chante pas juste (cela m'est arrivé).

Ce n'est pas la fin du monde, comme on dit, mais si cette Loi figure dans la partie consacrée aux situations de « crise », c'est parce qu'il y a des chances pour que votre enfant vive ce genre d'échec comme une catastrophe. S'il s'agit de son bac, cela peut bien être une catastrophe pour vous aussi. Même si, secrètement, vous vous félicitez que votre fils n'ait pas été sélectionné pour faire partie de l'équipe de rugby, vous devez considérer cela de son point de vue pour pouvoir l'aider à affronter cet échec.

En disant à votre enfant que ce n'est pas important, qu'il pourra réessayer ou qu'il peut toujours tenter autre chose, vous lui faites comprendre que les sentiments qu'il éprouve n'ont pas lieu d'être et qu'il ne devrait pas être aussi contrarié. Si vous dépréciez ses sentiments, il ne se dira pas : « Mais oui, bien sûr, suis-je bête… après tout, qu'importe ! » Il se sentira blessé et isolé.

Par conséquent, que devez-vous faire ? Lui dire qu'il a raison de se sentir anéanti et que c'est bel et bien la fin du monde ? Pas exactement, mais c'est presque cela. Vous devez lui permettre de se sentir aussi mal que bon lui semble, en lui montrant que vous comprenez qu'il soit bouleversé, que vous n'en êtes pas surpris. Faites preuve de sympathie et de compréhension. Buvez un verre ensemble, avec des biscuits au chocolat de préférence, prenez-le par les épaules, et peut-être pouvez-vous lui préparer son plat préféré pour le dîner, histoire de lui montrer que vous ne l'oubliez pas. Une fois que votre enfant aura eu la possibilité de se sentir malheureux pendant un certain moment, alors seulement il sera en mesure de remonter la pente, et vous serez là pour le soutenir et chercher les bons côtés de la situation – mais seulement au rythme qui lui conviendra.

Qu'il s'agisse de votre enfant de cinq ans qui n'est pas arrivé premier à un concours sportif ou de votre fille de dix-huit ans dont le dossier n'a pas été retenu à l'université qu'elle briguait, si c'est un drame pour votre enfant ; il faut que ce soit un drame pour vous aussi.

> Si vous dépréciez ses sentiments,
> il ne se dira pas: « Mais oui, bien sûr, suis-je
> bête… après tout, qu'importe ! »
> Il se sentira blessé et isolé.

Loi n° 87

Mieux vaut approuver qu'avoir raison

Le drame le plus fréquent auquel les enfants sont confrontés est peut-être le divorce des parents, du moins dans les pays occidentaux, et cette Loi concerne de façon vraiment spécifique les parents qui divorcent (ou qui se séparent, si vous n'étiez pas mariés). On a vite fait de considérer le divorce comme un événement concernant deux personnes qui vivaient ensemble et qui se séparent. Bien sûr, vous savez que vos enfants sont concernés aussi, mais ils ont tendance à passer au second plan.

Il serait plus réaliste de considérer le divorce ou la séparation du couple comme un événement survenant au sein d'une famille entière. Les enfants occupent une place aussi importante que les parents. Ce ne sont certes pas eux qui décident, mais ils n'en sont pas moins impliqués. Qui plus est, les parents qui ne s'entendent plus considèrent souvent le divorce comme la moins mauvaise des solutions. Or, pour les enfants, la séparation des parents ne comporte pas nécessairement le moindre aspect positif. Elle leur paraît plutôt la pire des possibilités.

Il est donc essentiel de rendre cette séparation aussi supportable que possible pour les enfants, qui se retrouvent pris malgré eux sous les feux croisés de vos décisions. La chose la plus importante que vous puissiez faire pour eux est de tomber d'accord le plus possible avec votre conjoint. Qu'il s'agisse de décider qui gardera quoi, ce qu'il adviendra de la maison, qui aura la garde des enfants ou n'importe

quoi d'autre, faites le maximum pour parvenir à un accord, même si cet accord doit vous sembler injuste.

Vous pouvez avoir toutes les raisons du monde de mettre votre ex sur la paille, de lui prendre jusqu'au dernier sou, d'exiger de garder la maison, d'exiger des prestations compensatoires, etc., mais, en réalité, mieux vaut parvenir à un accord à l'amiable, trouver un compromis viable et permettre ainsi aux enfants de rebondir.

Cette Loi est parfois vraiment difficile à respecter, surtout si vous avez le sentiment – à juste titre, certainement – que votre ex a abusé de votre bonté de façon inqualifiable. Je sais à quel point la justice et la vengeance peuvent être agréables, mais vous n'allez tout de même pas poursuivre un tel objectif aux dépens de vos enfants, n'est-ce pas ? Non, évidemment. C'est là un des tests décisifs pour distinguer les bons parents des autres parents. Avant de dire ou de faire quoi que ce soit d'irréfléchi, prenez le temps de vous demander si ce sera bénéfique à vos enfants. Si vous ne pouvez pas répondre en toute honnêteté par l'affirmative, renoncez-y.

La justice et la vengeance peuvent être agréables, mais vous n'allez tout de même pas poursuivre un tel objectif aux dépens de vos enfants, n'est-ce pas ?

Loi n° 88

Ce que vous faites compte plus que ce que vous dites

Voilà une Loi qui ne s'applique pas seulement aux situations de crise, mais elle revêt tout de même une importance particulière. On entend souvent dire que les enfants n'écoutent pas. Ce n'est pas vrai, simplement, ils font moins attention à ce que vous dites qu'à la façon dont vous vous comportez. Les enfants sont capables de détecter l'hypocrisie à cent pas, et ils ne la supportent pas. C'est sur vos actes qu'ils vous jugent.

Je ne parle pas simplement des paroles ou des actes critiquables. Prenons un exemple. Supposons que vous considériez qu'il est bon de laisser libre cours à ses émotions. Vous pourrez le répéter à vos enfants aussi souvent que vous voudrez, mais s'ils voient que vous n'extériorisez pas vous-même vos émotions quand vous traversez les mêmes drames qu'eux, ils ne trouveront pas vos prescriptions faciles à suivre. S'il est vraiment justifié de pleurer sans retenue (c'est évidemment justifié), alors *montrez*-le. Montrez-leur que vous pleurez et que vous souffrez.

J'ai un couple d'amis qui a traversé une période difficile il y a quelques années, quand le mari a perdu son travail. Ils ont dit à leurs deux adolescents qu'il n'y avait aucune honte à être moins riches que les autres et qu'ils assumaient le fait de ne pas pouvoir s'offrir ce que possédaient leurs amis. Un jour, invités avec leurs enfants à déjeuner chez des amis fortunés, ils ont garé leur voiture dans une autre rue pour que leurs hôtes ne voient pas dans quelle épave ils roulaient. Les

deux adolescents ont tout de suite été choqués par cette hypocrisie. Je le sais, car ce sont eux qui m'en ont parlé par la suite.

C'est l'exemple même du précepte parental classique : « Faites ce que je dis, pas ce que je fais. » Quand c'est une habitude, c'est inexcusable. Si vous pouvez le faire vous-même, faites-le. Sinon, pourquoi attendre de vos enfants qu'ils le fassent ?

Vos enfants observeront la façon dont vous affrontez les situations difficiles, et ils prendront modèle sur vous. Si vous vous montrez jaloux, colérique, mesquin, chicaneur, honteux, si vous perdez le contrôle de vous-même ou si vous baissez les bras, ils grandiront dans l'idée que c'est une façon acceptable de se comporter, même si vous leur dites le contraire. Si vous faites preuve de dignité, d'intégrité, d'humanité, de considération et de courage, cela les influencera davantage que tout ce que vous pourrez leur dire.

> Vos enfants observeront la façon
> dont vous affrontez les situations difficiles,
> et ils prendront modèle sur vous.

Loi n° 89

Montrez-leur qu'ils sont votre priorité

Votre priorité numéro un, ce sont vos enfants. Vous le savez, bien sûr. Mais eux, le savent-ils? La plupart du temps, il vous est facile de leur prodiguer votre amour et votre attention, mais cela peut devenir très difficile quand votre esprit est absorbé par autre chose et quand vos émotions sont ailleurs. Dans les moments de grande inquiétude, de stress intense ou de douleur, on peut vite oublier que les enfants sont prioritaires.

Quand vous traversez les moments les plus sombres, votre attention et votre patience sont mises à l'épreuve. Il devient soudain difficile pour vous de trouver le temps de les emmener dans les magasins ou de jouer au football avec eux, ou même de leur raconter une histoire ou de leur faire un câlin. C'est donc précisément dans les moments qui peuvent être les plus difficiles pour eux que vos enfants ne profitent plus autant de votre temps et de votre attention.

Vous ne pouvez sans doute pas faire grand-chose pour remédier à cela. Il y a dans la vie des choses qui vous prennent tout votre temps et qui vous minent le moral. Naturellement, si votre propriétaire vous a signifié en bonne et due forme qu'il comptait reprendre votre logement à la fin du bail, si votre mère est très malade, si votre patron a décidé de vous licencier ou si un de vos enfants est à l'hôpital, vous ne pouvez évidemment pas vous montrer sous votre meilleur jour. C'est une chose que personne ne peut vous demander.

Certaines crises sont très passagères, tandis que d'autres durent des semaines ou même des mois, voire des années. Souvent, vous avez assez à vous occuper de vous-même. Cependant, accorder la priorité

à vos enfants peut être pour vous la meilleure chose à faire : cela vous permet de cesser de ronger votre frein et de vous consacrer à un objectif extérieur à vous-même. Le bonheur de vos enfants est votre raison de vous battre.

Quelles que soient les bonnes raisons que vous pouvez avoir d'être malheureux, si vous vous lamentez sur votre propre sort, si vous ne pensez qu'à vous ou si vous vous accordez la priorité, cela transparaîtra. Vos enfants le sauront instinctivement. Ce n'est sans doute pas ce que vous voulez. Inversement, si vous leur accordez la priorité, même s'ils gémissent de temps à autre, ils en auront conscience et c'est là l'essentiel.

Naturellement, il importe que ce soit vrai. Inutile de chercher à donner le change, mais si vos enfants sont vraiment votre première priorité dans toute décision et si vous veillez à ce qu'ils aient ce dont ils ont besoin la plupart du temps, même si cela vous demande de gros efforts, ils sauront instinctivement combien vous les aimez et cela leur donnera confiance en eux-mêmes.

Si vous ne pensez qu'à vous ou si vous vous accordez la priorité, cela transparaîtra.

Loi n° 90

Vous ne pouvez pas tout réparer

Cette Loi est un peu difficile. Ce que nous voulons plus que toute autre chose, nous autres parents, c'est que tout aille bien pour nos enfants. Quand ils se font mal, nous les embrassons pour les consoler. Quand ils ont un problème, nous les aidons à le résoudre. Quand ils sont tristes, nous tâchons de les réconforter. Quand ils subissent une injustice, nous intervenons.

Parfois, cependant, nos enfants doivent faire face à de véritables problèmes que nous ne pouvons pas régler à leur place, et le sentiment de ne pouvoir rien faire pour les aider est très pénible. Voir son enfant souffrir et être dans l'impossibilité de le soulager est une des pires choses qui soient, mais c'est une situation dans laquelle nous pouvons quelquefois nous retrouver. Quand un proche meurt, par exemple, vous ne pouvez pas le ressusciter, même s'il manque cruellement à vos enfants. Il peut aussi arriver que votre enfant soit malade et que vous soyez impuissant à le guérir. Il peut arriver que ses parents se séparent et que l'un des deux parents ne soit plus là, même pour son enfant.

C'est une importante leçon que les enfants doivent apprendre, tôt ou tard : certains événements peuvent survenir, et personne n'y pourra rien. Vous ne pouvez pas savoir à quel moment la vie leur enseignera cette dure leçon. Tout ce qu'il vous sera possible de faire, ce sera de tenter de les réconforter.

Il s'agit donc d'accepter cette idée que dans certaines situations, dont vous ne serez pas nécessairement responsable, vous ne pourrez rien

faire pour vos enfants. Parfois, personne d'autre ne sera aussi bien placé que vous pour intervenir. Ne vous tourmentez pas. Vous ne méritez pas de vous sentir coupable alors que vous souffrez déjà bien assez de la situation. En voyant votre enfant souffrir, vous souffrez sans doute tout autant. Soyez bon envers vous-même*.

Votre enfant n'attend pas de vous que vous accomplissiez des miracles. Ce que vous pouvez toujours faire, c'est lui donner tout votre amour. Faites-le. Cela vous aidera sans doute l'un et l'autre à vous sentir un petit peu mieux.

> Ce que vous pouvez toujours faire, c'est lui donner tout votre amour. Faites-le.

* Offrez-vous peut-être aussi un peu de chocolat.

Les Lois à respecter quand vos enfants sont adultes

Dans le métier de parent, il n'y a jamais de retraite. Même si vous atteignez l'âge de cent ans, vos enfants seront toujours vos enfants. Si vous avez fait correctement votre travail de parent (ce sera bien sûr le cas), vos enfants rechercheront toujours votre approbation et votre soutien.

Cela dit, vos enfants ne voudront pas être traités comme des enfants, même s'ils le resteront à vos yeux. Il faut donc que vous trouviez le moyen d'avoir avec eux une relation d'adultes dans laquelle vous puissiez tout de même rester leur parent. Il s'agit d'un équilibre délicat à trouver, mais je connais assez de parents qui y sont parvenus brillamment pour pouvoir affirmer que la tâche n'a rien d'impossible.

Je vous présente donc dans cette partie les meilleures Lois qu'il m'ait été donné de retenir au fil des années. Elles vous permettront d'être un aussi bon parent quand vos enfants auront quarante ans qu'à l'époque où ils avaient quatre ans ou quatorze ans.

Loi n° 91

Effacez-vous

Vous avez eu dix-huit ans pour faire de vos enfants ce que vous vouliez en faire. Je ne parle pas d'en faire de grands avocats, de grands médecins, des champions de football ou je ne sais quoi. Je veux dire que vous avez eu dix-huit ans pour leur apporter tout le bagage dont ils auront besoin pour pouvoir vivre heureux.

Le temps qui vous était imparti est donc écoulé. À présent, *retirez-vous du jeu*. Ce qu'ils n'ont pas encore appris, il est trop tard pour le leur enseigner. Désormais, c'est à eux de jouer, et vous ne pouvez plus vous en mêler. Si vous les voyez faire quelque chose que vous désapprouvez, tant pis pour vous. Vous auriez dû y penser plus tôt.

Il reste cependant une chose que vous pouvez encore leur apprendre : se débrouiller sans vous. Et le seul moyen de leur apprendre cela, c'est de les laisser livrés à eux-mêmes. Si vous ne leur laissez pas la possibilité de mettre en pratique tout ce que vous leur avez appris, c'est comme si vous aviez perdu votre temps pendant les dix-huit ans qui viennent de s'écouler. À quoi bon leur apprendre à être indépendants, à penser par eux-mêmes et à prendre des décisions, s'ils ne peuvent rien faire de tout ce bagage ?

En réalité, si vous avez été un parent attentionné, vous n'avez sans doute pas d'inquiétudes à avoir. Au contraire, si vous continuez à vouloir régenter la vie de vos enfants, c'est comme si vous leur disiez :

« Je n'ai pas su faire mon travail de parent correctement, vous avez encore besoin d'aide. »

Par ailleurs, nous savons tous ce qui se produit quand les parents interfèrent avec les décisions de leurs enfants. Dans le meilleur des cas, c'est du paternalisme et, dans le pire des cas, c'est destructeur. Il n'est alors plus possible d'entretenir de bonnes relations d'adultes. Vous mêler de leurs décisions reviendrait à leur signifier qu'ils sont incapables de mener leur propre vie. Vos enfants manqueraient de confiance en eux et ne se montreraient sans doute pas très doués pour mener la vie que vous voulez qu'ils mènent, mais cela ne vous concerne pas si vous êtes un bon parent.

Bien évidemment, on ne cesse pas de s'instruire à dix-huit ans et vos enfants ont sûrement encore beaucoup à apprendre (vous aussi, peut-être). Je l'espère pour eux, car sinon leur existence risquerait d'être assez ennuyeuse. Il faut cependant qu'ils s'instruisent désormais auprès de quelqu'un d'autre. À eux de choisir ce qu'ils doivent apprendre, comment, où et avec qui.

À partir de maintenant, votre rôle dans leur apprentissage est un rôle d'arrière-plan, et même un rôle assez discret pour qu'ils n'en aient pas conscience. En effet, votre seule tâche, désormais, est de vous effacer. Je crois que vous avez compris. Je peux donc m'effacer.

> Ce qu'ils n'ont pas encore appris, il est trop tard pour le leur enseigner.

Loi n° 92

Attendez qu'ils vous demandent conseil

Ayant lu ce qui précède*, vous vous demandez peut-être ce que vous êtes censé faire si votre enfant vous demande conseil. Ce n'est pas un problème, vous pouvez répondre à sa demande.

Cette fois, mon propos est facile. Pour bien conseiller vos enfants adultes (ou n'importe qui d'autre), il faut que vous sachiez deux choses :

- Vous ne devez leur donner des conseils que s'ils vous le demandent.
- Vous ne devez leur donner que ce qu'ils vous demandent.

Si c'est un simple conseil qu'ils vous demandent, donnez-leur ce simple conseil. Vos enfants ne vous demandent pas des instructions, des ordres, une opinion, un jugement, des commentaires sur leur façon de vivre. Ils vous demandent un conseil, c'est tout, et même pour leur donner ce conseil, vous devez rester prudent.

Faisons un petit exercice. Supposons que votre enfant, devenu adulte, vous demande ce que vous pensez d'une proposition d'emploi qui lui est faite. Vous pourriez lui répondre par exemple :

- « Peu importe. Tu auras tout saboté au bout de trois mois, comme tu fais d'habitude. »
- « Tu serais bien bête de ne pas accepter. »

---

* Si vous lisez le livre du début à la fin. Sinon, merci de bien vouloir lire la Loi n° 91 avant de lire celle-ci.

- « De toute façon, je n'ai jamais compris comment tu pouvais t'intéresser au nettoyage des moquettes. »
- « Eh bien, il faut croire que tu as trouvé des gens qui ne seront pas dégoûtés par ces affreux piercings que tu trimballes! »

Ce n'est sans doute pas vous faire offense que d'affirmer qu'aucune des réponses qui précèdent ne saurait convenir. En réalité, le meilleur moyen de donner un conseil à vos enfants sans franchir la ligne jaune consiste à leur poser des questions: « Qu'est-ce qui t'attire dans ce travail ? », « Quelles sont les perspectives d'évolution ? », etc. En d'autres termes, il s'agit de les aider à trouver leurs propres réponses et à prendre eux-mêmes les décisions.

Le conseil, c'est cela et rien de plus. Vos enfants ne sont pas obligés de le suivre. S'ils finissent par décider le contraire de ce que vous leur aviez suggéré, c'est leur droit et c'est leur problème. Ne croyez pas pour autant que votre conseil ne les aura pas aidés à réfléchir, et soyez content d'avoir pu leur apporter des éléments de réflexion.

> Il s'agit de les aider à trouver leurs propres réponses et à prendre eux-mêmes les décisions.

Loi n° 93

Traitez-les comme des adultes

Si vous voulez avoir une relation d'adultes avec vos enfants adultes, il faut que vous les traitiez comme des adultes. Cela paraît évident, mais la tâche est parfois difficile. Pendant des années, vous avez pris l'habitude de leur dicter ce qu'ils devaient faire, de les conseiller sans qu'ils ne vous demandent rien, de leur imposer des règles de discipline, etc. Il peut vous sembler aujourd'hui difficile de faire autrement.

Bien sûr, plus tôt vous aviez commencé à lâcher du lest au cours de leur adolescence, et plus ce sera maintenant facile pour vous d'en lâcher davantage. C'est tout de même un changement à accomplir, et cela vous demandera sans doute un peu de temps. L'important est de savoir ce que vous voulez obtenir. Exercez-vous à ne plus leur dire ce qu'ils doivent faire et à éviter de leur montrer que vous désapprouvez leurs choix en matière de vêtements, de fréquentations, etc.

Les traiter comme des adultes, c'est pour moitié tout ce que vous devez arrêter de faire, entre autres ne plus leur dire comment ils doivent se conduire et cesser de leur répéter qu'ils étaient si mignons à l'âge de six ans (ils n'ont vraiment aucune envie de réentendre ce couplet horripilant).

L'autre moitié, c'est tout ce que vous devez commencer à faire : aborder avec eux les mêmes sujets de conversation qu'avec vos amis et ignorer le fossé des générations, ce qui signifie que leur opinion sur le changement climatique, sur les prochaines élections ou sur le

bon moment pour planter vos poireaux doit avoir pour vous autant de valeur que celle de n'importe qui d'autre.

Demandez-leur également conseil. Il existe certainement un grand nombre de sujets sur lesquels ils ont davantage de connaissances que vous : mécanique de voiture, mode, photo, modélisme, ornithologie, céramique, que sais-je. Il y a aussi l'informatique, bien sûr, mais je suppose que, dans ce domaine, cela fait déjà des années que vous leur demandez conseil.

Cela doit finir par devenir naturel chez vous, mais il faut d'abord que ce soit un effort conscient. Vous n'imaginez d'ailleurs pas quel sentiment de fierté vos enfants ressentiront quand vous leur demanderez leur avis d'adultes – à moins que vos parents aient su vous traiter en adultes de cette manière, auquel cas vous savez ce qu'il en est.

Il faut d'abord que ce soit un effort conscient.

Loi n° 94

N'essayez pas d'être leur meilleur ami

Il s'agit d'une erreur courante, même chez de bons parents. Quand on aime ses enfants plus que n'importe qui d'autre (sauf peut-être son conjoint), il est certes tentant de vouloir en faire ses meilleurs amis.

Vos enfants, même s'ils ne l'ont pas encore réalisé, n'ont aucune envie d'être vos meilleurs amis. J'ai une amie qui est fière de m'informer qu'elle est la meilleure amie de ses filles. Elle les traite comme on traite ses meilleurs amis, et ses filles la traitent de même. Elle trouve cela merveilleux, mais ses filles me font pitié.

Elles ont déjà des amies, et elles n'ont pas besoin d'en avoir d'autres. Chacune d'elles a aussi ses sœurs. Ce dont elles ont besoin, c'est d'une mère. Or, il n'existe qu'une seule candidate pour ce poste, mais qui est trop occupée à jouer le rôle de la meilleure amie.

Quelle différence cela fait-il ? La différence est qu'avec ses meilleurs amis, on partage tout comme avec son égal : ses inquiétudes, ses craintes, ses pensées intimes. Au contraire, un père ou une mère est une personne vers qui vous devez vous tourner avec une certaine déférence, une personne qui ne vous est pas supérieure mais qui a davantage de maturité que vous et en qui vous pouvez avoir confiance, une personne qui peut vous protéger et se soucier de vous, même si vous espérez peut-être ne jamais devoir le lui demander. Passer de bons moments avec vos parents est une chose, mais vous ne pouvez pas tout leur dire, et il n'est pas opportun qu'ils vous disent tout non plus.

Supposons que vous ayez une liaison. Irez-vous raconter à vos enfants tous les détails de votre vie privée, comme vous pourriez les raconter à votre meilleur ami? Supposons maintenant que vos enfants soient dans une situation similaire : irez-vous leur donner les mêmes conseils que ceux que vous donneriez à votre meilleur ami?

La seule manière d'être le meilleur ami de vos enfants dans ce genre de circonstances, c'est de leur mentir ou bien de les soumettre à un chantage affectif. Si vous leur parlez de votre problème de solitude, ils auront l'impression qu'ils devraient vous consacrer plus de temps et ils se sentiront coupables de ne pas y parvenir. Il n'est pas souhaitable de faire peser cela sur leurs épaules, même s'ils sont prêts à l'accepter. Si vous leur mentez, ou si vous exercez sur eux un chantage affectif, comment pourront-ils s'adresser à vous quand ils auront besoin d'un soutien, d'un réconfort, d'une consolation ou d'un sage conseil? Vous aurez perdu toute crédibilité en tant que parent.

Je ne dis pas que vous ne pouvez pas avoir une relation très proche avec vos grands enfants. Je vous souhaite même de les aimer encore plus que vous aimez vos amis, mais ce ne peut pas être le même type de relation.

À l'âge adulte, il faut que vos enfants se séparent de vous. Tenter de les maintenir attachés à vous serait injuste, même si c'est sous la forme d'une sorte d'amitié. Des relations parents-enfants vraiment bonnes sont quelque chose de réellement merveilleux, c'est bien plus précieux encore qu'une excellente relation d'amitié : pourquoi vouloir échanger l'un contre l'autre?

> À l'âge adulte, il faut que vos enfants se séparent de vous.

Loi n° 95

Encouragez-les de façon inconditionnelle

L'université dans laquelle ma fille avait choisi de s'inscrire était à Manchester. Je me rappelle avoir visité cette université avec elle en espérant qu'elle en choisirait plutôt une autre, mais mes espoirs ont été déçus. Je ne pourrais pas la voir souvent, Manchester étant trop loin de chez moi. Je suis très content d'avoir tout de même fait de mon mieux pour l'encourager à faire ce que bon lui semblait, car je m'étais trompé. Ses années d'études à Manchester ont été pour elle une période privilégiée.

Vous ne pouvez évidemment pas penser que tous les choix que feront vos enfants seront toujours les meilleurs, qu'il s'agisse de leur carrière, de leur vie de couple ou de l'éducation de leurs enfants. Simplement, ils sont maintenant adultes et ils ont autant de jugement que vous. Ils ont même plus de chances que vous de savoir ce qu'ils doivent faire, et l'exemple que j'ai choisi vous montre quelle très bonne raison vous pouvez avoir de garder vos opinions pour vous : autrement, vous risqueriez de vous tromper et d'avoir l'air bête.

Parfois, bien sûr, c'est vous qui aurez raison, mais s'ils sont dans l'erreur, ils n'en auront que davantage besoin de vos encouragements et de votre soutien. Conformément aux Lois nos 91 et 92, vous vous garderez de leur manifester votre désapprobation, donc autant les soutenir. Comme nous l'avons vu, c'est leur vie et ce sont leurs choix.

Vous avez une autre bonne raison de les soutenir: éviter la tentation affreuse de leur faire des remarques du genre « je te l'avais bien dit ». Vous le savez, j'espère, c'est une des pires choses que l'on puisse dire à son enfant et c'est impardonnable, quelles que soient les circonstances.

Si votre enfant pense que vous ne le soutenez pas dans ses choix, peut-être aura-t-il un cas de conscience. Ou bien, peut-être même ira-t-il exprès faire le contraire de ce que vous voulez qu'il fasse, s'il sent la moindre pression de votre part. Quoi qu'il en soit, votre enfant a besoin de savoir que vous êtes à ses côtés, même s'il a déjà quitté le foyer parental. C'est pourquoi vous devez non pas rester simplement neutre, mais l'encourager activement.

Que faire si vous pensez vraiment que votre enfant est dans l'erreur? On peut bien se tromper de temps à autre. Il s'agit de l'encourager, non pas à commettre l'erreur mais à faire ce qui lui paraît le mieux, qu'il ait raison ou qu'il ait tort.

Évitez la tentation affreuse de leur faire des remarques du genre « je te l'avais bien dit ».

Loi n° 96

Pas de cadeaux sous condition

J'ai une amie dont les parents, très aisés, l'ont aidée à acheter sa maison en lui accordant un prêt avec un taux d'intérêt très réduit. Récemment, elle a voulu revendre sa maison pour aller s'installer en Suisse. Ses parents, désapprouvant son choix, lui ont annoncé qu'ils exigeraient le remboursement anticipé du prêt si elle vendait la maison, sauf si son nouveau lieu de résidence trouvait grâce à leurs yeux.

Ne faites pas cela à vos enfants. Cette façon de vouloir exercer un contrôle sur leurs choix de vie est ignoble. Soit vous leur accordez des moyens financiers et vous leur faites confiance, soit vous gardez vos distances et vous les laissez se débrouiller sans vous. En aucun cas vous ne devez leur faire des cadeaux sous condition, qu'il s'agisse d'argent ou d'autre chose.

J'ai connu, malheureusement, des parents qui recouraient à toutes sortes de moyens de pression et de contrôle pour garder un pouvoir sur leurs enfants, l'argent n'étant pas le moyen le plus couramment utilisé (vous en saurez plus en lisant la Loi n° 97). Ils finançaient la scolarité de leurs petits-enfants, mais à condition qu'ils aillent à l'école qu'eux-mêmes avaient choisie. Ils aidaient leurs enfants à acquérir une maison ou une voiture, mais seulement s'ils approuvaient leur choix.

D'autres parents donnent d'abord et exigent ensuite. Ils signent le chèque, mais pour dire ensuite à leur progéniture : « Je ne t'aurais pas donné cet argent si j'avais su que tu allais le gaspiller en te payant des

vacances aussi chères. » C'est une façon de dire à ses enfants qu'ils sont incapables de s'assumer. Or, si vos enfants sont incapables de s'assumer, c'est votre faute. Que leur avez-vous donc appris, pendant ces dix-huit dernières années ?

Désolé, je m'emporte, alors que vous êtes certainement de bons parents qui n'auraient jamais l'idée de se comporter de la sorte. Je voudrais seulement vous donner ici deux exemples d'amis à moi qui ont constitué une épargne pour leurs petits-enfants, mais en leur propre nom. Quand les petits-enfants sont devenus adultes, les grands-parents ont ainsi pu décider à leur guise de l'usage des fonds (achat d'une voiture, inscription dans une université, choix d'un logement, etc.) Les parents n'avaient même plus leur mot à dire, même lorsqu'ils désapprouvaient certains choix des grands-parents.

J'ai aussi des amis qui avaient ouvert des comptes d'épargne pour leurs petits-enfants, mais non sans avoir demandé à leurs enfants quel type de placement ils voulaient que ce soit. Ils ont fait selon les préférences de leurs enfants et ont mis les comptes aux noms de ces derniers (et non pas à leur propre nom), si bien qu'ils n'ont plus eu aucun droit ni aucun contrôle sur la destination des sommes. Voilà comment doivent se comporter de bons parents.

> En aucun cas, vous ne devez leur faire des cadeaux sous condition, qu'il s'agisse d'argent ou d'autre chose.

Loi n° 97

Ne les culpabilisez pas

L'autre méthode qu'utilisent certains parents pour exercer un contrôle sur leurs enfants alors que ces derniers sont adultes, c'est la culpabilisation. Ils y recourent de différentes manières, mais même la forme la plus subtile de culpabilisation fait son effet.

Le thème le plus récurrent dans ce jeu de culpabilisation est le manque d'attention des « enfants » pour leurs parents. Des propos comme « Ta sœur nous téléphone chaque semaine » ou « Je sais que tu es très occupé pendant le week-end. J'aimerais pouvoir en dire autant », ou même « On se sentira bien seuls ici quand tu seras parti » visent à culpabiliser les enfants de ne pas passer davantage de temps avec leurs parents.

Mettons les points sur les « i » : vos enfants ne vous doivent rien, absolument *rien*. Peu importe que vous vous soyez saigné aux quatre veines pour eux pendant dix-huit ans. Ils n'avaient pas demandé à naître. En faisant le choix d'avoir des enfants, vous aviez à assumer toute la responsabilité de la situation. Vous n'avez donc aucune bonne raison de leur donner l'impression qu'ils vous doivent du temps, de l'attention, de l'argent ou quoi que ce soit d'autre.

Bien sûr, si vous avez été de bons parents, vos enfants vous témoigneront beaucoup de reconnaissance, et comme ils ne vous doivent pas vraiment cette reconnaissance, elle n'en sera que plus précieuse. Des enfants qui se respectent prendront soin de vous quand vous serez âgé, parce que vous l'aurez mérité et parce qu'ils vous aiment. Ceux qui

éprouvent un sentiment de culpabilité ne s'occupent de leurs parents qu'à contrecœur, ils ne s'amusent pas et ils en veulent à leurs parents. Ce n'est sans doute pas ce que vous voulez. Ce que vous voulez, c'est que vos enfants vous accordent du temps et de l'attention de façon désintéressée, parce que vous le méritez. Or, vous n'obtiendrez jamais cela si vous les culpabilisez.

Vous entendez peut-être des amis vous dire « Il faut que j'aille voir mon père ce week-end, cela fait un mois que je n'y suis pas allé » ou « Je ne serai pas libre ce soir, ma mère me téléphone tous les mercredis et il me faut toujours au moins deux heures pour me débarrasser d'elle ». Peut-être même vous est-il arrivé de tenir ce genre de propos, mais vous n'aimeriez sûrement pas que vos enfants parlent de vous de cette manière. Vous préférez sans doute qu'ils disent à leurs amis : « Désolé, mais j'ai vraiment envie de voir mes parents ce week-end » ou « Cela fait deux semaines que je n'ai pas eu l'occasion d'avoir avec ma mère une conversation digne de ce nom, et cela me manque vraiment ». Quoi que vous obteniez de vos enfants par un chantage affectif, ils en feraient deux fois plus en l'absence de toute culpabilisation et vous sauriez qu'ils sont heureux de le faire.

Le plus beau cadeau que vous puissiez faire à vos enfants, c'est l'indépendance: non pas la leur, mais la vôtre. En étant indépendant sur les plans émotionnel, social et financier, vous les libérerez de tout sentiment de culpabilité, si bien que tout ce qu'ils feront pour vous, ils le feront par amour.

> Vos enfants ne vous doivent rien,
> absolument rien.

Loi n° 98

N'oubliez pas qu'ils ont encore besoin de vous

Devenus adultes, vos enfants auront de moins en moins besoin de vous (puisque vous aurez mené à bien votre tâche de parent). Parfois cependant, ils auront besoin d'une petite aide, surtout au cours des premières années de leur vie d'adultes pendant lesquelles ils ne seront pas encore autonomes financièrement. Il pourra s'agir aussi d'un conseil, sachant que vous serez plus expérimenté qu'eux pour ce qui est d'acheter un appartement, de rédiger un courrier ou de choisir une voiture. Parfois, ils vous demanderont de les aider à s'occuper de leurs enfants, ils voudront vous confier leur chien, ou bien ils auront envie que vous arrosiez leurs plantes quand ils seront partis en vacances.

Il y a aussi toutes ces petites choses moins tangibles. Ils voudront que vous voyiez leur bébé, leurs nouveaux meubles ou leur nouvelle voiture. Ils voudront aussi montrer tout cela à leurs amis, mais les amis ne remplacent pas les parents. Enfants, ils vous montraient toujours leurs dessins ou leurs châteaux de sable. À présent, c'est la même chose en plus grand. Vos enfants rechercheront toujours votre approbation (même si c'est sans le reconnaître).

Enfin, bien entendu, il leur arrivera d'avoir besoin de vous pour quelque chose de vraiment important, dans ces rares occasions où il s'agit de tout lâcher pour les aider et de ne leur poser des questions qu'ensuite. Votre fille accouchera peut-être plus tôt que prévu, votre fils aura besoin que vous l'aidiez à gérer une séparation pénible, un de vos petits-enfants tombera gravement malade, à moins que vos enfants

n'aient besoin d'être hébergés temporairement en cas d'inondation. Si vous êtes un bon parent, ils sauront qu'en cas de catastrophe, vous serez toujours là pour les aider sans vous plaindre (et sans les culpabiliser).

Comme le disait Robert Frost, « la maison est cet endroit où, quand vous devez y aller, il faut qu'on vous accueille ». C'est ce que vous devez offrir à vos enfants (mais avec un peu plus d'enthousiasme). Les bons parents sont fiers d'être les premiers à pouvoir aider leurs enfants, ils sont heureux de pouvoir le faire en cas de crise et ils n'iront pas se plaindre d'être dérangés dans leur quotidien.

Avec le temps, vos enfants vous solliciteront de moins en moins souvent. Il se peut qu'ils ne vous demandent rien pendant plusieurs années, mais n'allez pas vous imaginer qu'ils n'ont plus besoin de vous. Ils auront toujours besoin de vous. Simplement, ne leur montrez jamais que vous le savez.

> « La maison est cet endroit où, quand vous devez y aller, il faut qu'on vous accueille. »

Loi n° 99

Ce n'est pas de votre faute

Pour certains, la vie est facile. Pour d'autres, tout est matière à problèmes. Ces derniers ont parfois de bonnes raisons de trouver leur quotidien difficile, même s'il n'existe aucune raison apparente à cela. C'est souvent dans les conditions de leur enfance qu'il faut chercher l'explication.

J'ai déjà croisé, comme vous sans doute, des personnes à qui il était arrivé des choses terribles pendant leur enfance : violences, abus sexuels, drame, etc. Souvent, de façon inévitable, il en reste des séquelles, mais un certain nombre de ces personnes n'en sont sorties que plus fortes. Je connais un homme qui a dû être amputé des deux mains vers l'âge de dix-huit ans, par suite d'une grave maladie. Il est pourtant l'homme le plus joyeux et le plus équilibré que l'on puisse espérer rencontrer. Je connais des gens qui ont eu une enfance horrible et qui sont malgré tout devenus des adultes raisonnables et heureux. Je connais aussi des personnes issues de familles merveilleuses et qui boivent, se droguent ou souffrent d'une pathologie mentale.

Cela dit, je dois reconnaître que les adultes à problèmes que je connais proviennent plus souvent d'une famille dysfonctionnelle que d'une famille saine et stable. J'en connais cependant un certain nombre qui ont eu d'excellents parents. Nos parents ne sont qu'une des causes possibles de nos problèmes d'adultes. Il existe toutes sortes de raisons pour lesquelles vos enfants peuvent avoir des problèmes, et vous n'y pouvez rien.

Si vous avez été un bon parent (en n'oubliant pas que personne n'est parfait), n'allez pas vous croire responsable des problèmes qui pourront survenir par la suite. Si votre enfant est dépressif, s'il est incapable d'avoir une relation durable, s'il devient alcoolique ou s'il n'a toujours pas un travail à trente-cinq ans, ce n'est pas de votre faute. C'est vous le responsable si votre bébé dort dans la rue, mais pas si c'est votre fils de trente ans qui dort dans la rue.

Il se peut même qu'arrive un moment où vous vous rendrez compte que vous n'avez pas d'autre choix que de lui fermer votre porte. L'essentiel est qu'il sache que vous n'attendez que la possibilité de la lui rouvrir, dès que cela vous semblera possible. Vous serez peut-être alors la seule personne au monde qui soit encore disposée à l'accueillir et à l'aider. Dans des circonstances aussi pénibles, votre enfant saura qu'il existe quelqu'un qui l'aimera toujours et qui sera toujours de son côté.

Le sentiment de culpabilité est un sentiment égoïste. Ne battez pas votre coulpe, ce ne serait souhaitable ni pour vous ni pour votre enfant et cela ne vous mènerait nulle part. Ne pensez plus au passé, concentrez-vous sur le présent et demandez-vous ce que vous pourriez faire maintenant pour l'aider. Si vous vous sentez coupable en ce moment, ce n'est sans doute pas parce que c'est de votre faute, mais plutôt parce que vous craignez que cela *puisse* être de votre faute. Dites-vous que, à moins d'avoir vraiment été un mauvais parent, ce n'est pas de votre faute. Selon les mots de mon confrère Steve Biddulph : « Votre tâche est simplement de vous occuper d'eux jusqu'à ce qu'ils puissent se faire aider. »

> Le sentiment de culpabilité
> est un sentiment égoïste.

Loi n° 100

Parent un jour, parent toujours

Nous voici donc arrivés à la fin. Cent Lois. Et que dit la centième Loi? Elle dit qu'en réalité, on n'est jamais à la fin. En tant que bon parent, vous aurez créé le lien le plus incroyable avec une personne merveilleuse, un lien qui ne ressemble à aucun autre lien et qui vous apportera, à votre enfant et à vous, bonheur et plénitude pour tout le reste de votre existence. C'est la récompense de toutes ces années de difficile besogne, avec les couches qui sentaient mauvais, les chamailleries, le désordre, la crise d'adolescence, les nuits sans sommeil et tout le reste. Croyez-moi, on ne le regrette pas du tout.

Vous vous apercevrez soudainement que vous avez des enfants qui ont grandi mais qui ont envie de passer du temps avec vous, qui aiment être en votre compagnie et qui veulent connaître votre avis. Secrètement, ils recherchent toujours votre approbation, comme nous l'avons vu. Cependant, ils ne veulent pas d'un avis non sollicité. Il n'y a pas de problème, dans la mesure où vous êtes plein d'admiration devant la façon dont ils mènent leur propre existence. Tous les bons parents que je connais dont les enfants sont devenus adultes parlent des qualités qu'ils admirent chez ces derniers, en ajoutant qu'ils auraient bien aimé être aussi assurés, aussi organisés, aussi maîtres d'eux-mêmes ou aussi clairvoyants au même âge. Et c'est toujours dit sans le moindre soupçon d'envie ou de jalousie. Les bons parents parlent de leurs enfants avec fierté.

N'oubliez pas que vous y êtes pour quelque chose. Sans vous, ils ne seraient pas ce qu'ils sont.

Un des plaisirs qui vous sont réservés, si vous avez été un bon parent, c'est que vous pouvez être sûr que vos enfants vous aimeront toujours. Quand, finalement, vous redeviendrez vous-même dépendant, vos enfants vous rendront l'amour que vous leur aviez donné. Ils le feront non par obligation, ni parce qu'ils vous le doivent, ni parce que vous le leur demanderez, mais parce qu'ils auront envie de le faire.

> Vous pouvez être sûr que vos enfants vous aimeront toujours.

Du même auteur, aux éditions Leduc.s



Format : 15 x 21 cm
Pages : 232
Prix : 14,90 euros
ISBN : 978-2-84899-327-0

Vous voulez :

- vous réveiller chaque matin avec le sourire ?
- affronter les difficultés de la vie avec davantage de sérénité ?
- partager de vrais moments avec ceux que vous aimez ?

Alors il est temps d'adopter les bonnes habitudes ! Chaque jour, mettez en pratique une nouvelle Loi. Promis, elles sont très simples mais leur pouvoir est inestimable

Loi n° 4 : Acceptez-vous tel que vous êtes
Loi n° 8 : Intéressez-vous au monde
Loi n° 20 : Ne vivez pas dans l'avenir
Loi n° 24 : Consacrez-vous un petit moment chaque jour
Loi n° 36 : Apprenez à lâcher prise
Loi n° 60 : Quand vous faites l'amour, faites-le… avec amour
Loi n° 68 : Soyez toujours disponible pour ceux que vous aimez
Loi n° 70 : Ayez pour vos parents un peu de respect et d'indulgence
Loi n° 75 : Confiez des responsabilités à vos enfants
Loi n° 85 : Fréquentez des optimistes
Loi n° 100 : Inventez une nouvelle Loi chaque jour – enfin, presque…



Pour recevoir notre catalogue, merci de bien vouloir photocopier, recopier ou découper ce formulaire et nous le retourner complété à :

Éditions Leduc.s
33 rue Linné
75005 Paris

Vous pouvez aussi répondre au formulaire disponible sur Internet :

www.leduc-s.com

NOM : ....

PRÉNOM : ....

ADRESSE : ....

....

CODE POSTAL : ....

VILLE : ....

PAYS : ....

ADRESSE@MAIL : ....

ÂGE : ....

PROFESSION : ....

Titre de l'ouvrage dans lequel est insérée cette page :

Les 100 Lois pour être des parents parfaits (ou presque !)

Lieu d'achat : ....

Avez-vous une suggestion à nous faire ?

....

....

....

À .... LE ....